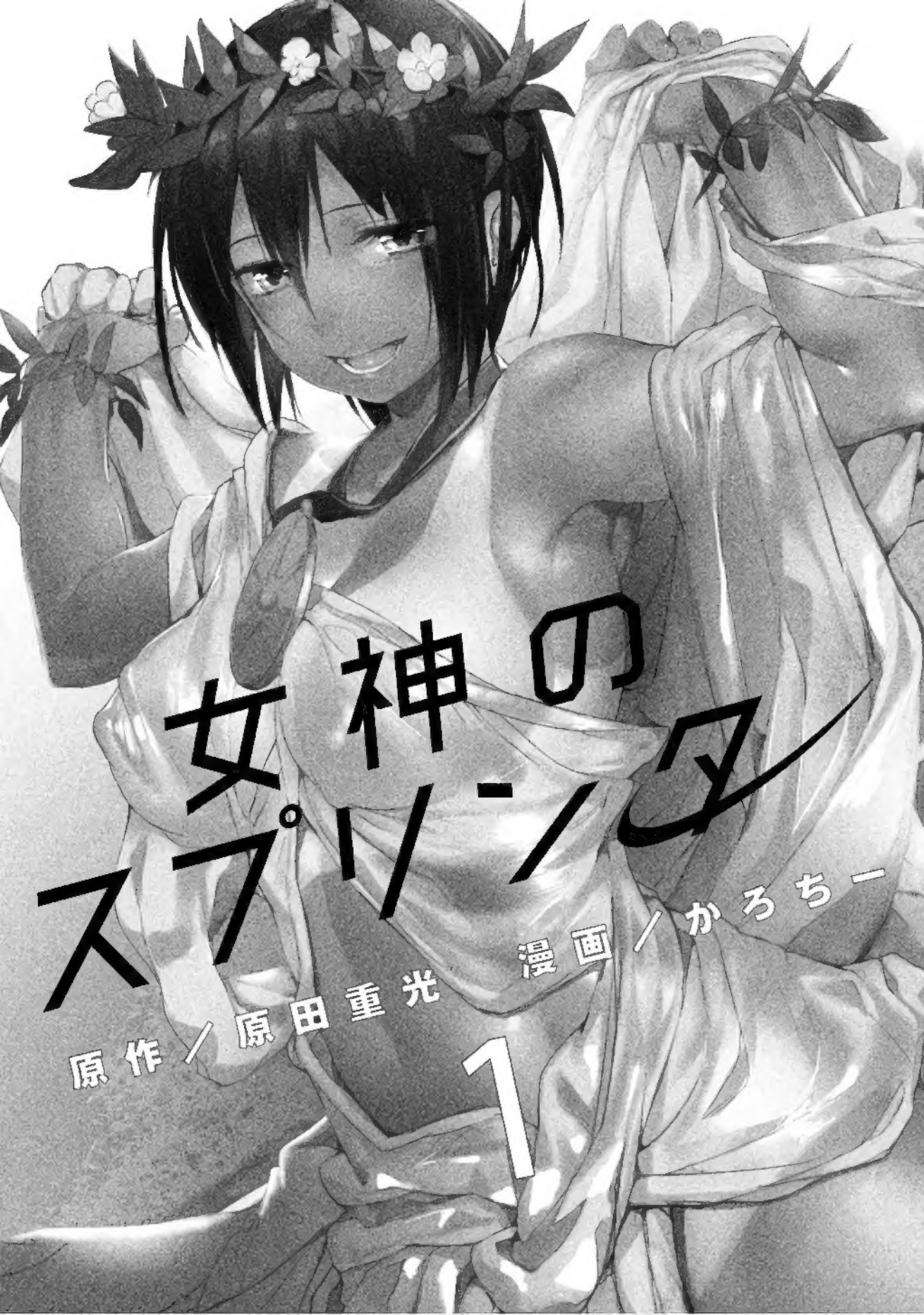
女神のスプリンター
1
THE GODDESS'S SPRINTER
SHIGEMITSU HARADA
KAROTI
YOUNGMAGAZINEPRESENTS
原作：原田重光
漫画：かろちー

女神のスプリンター
原作／原田重光
漫画／かろちー
1

CONTENTS

第1日目 トラックのビーナス

よく来たわね
浩太クン
かあっ
きょ…恭子さん
今日からお世話に
なります！
ごめんね
こんな格好で
ちょっと身体を
動かしてたの
どうぞ
上がって
は…はい！
そんなに
硬くならないで
部屋はココを
使ってちょうだい

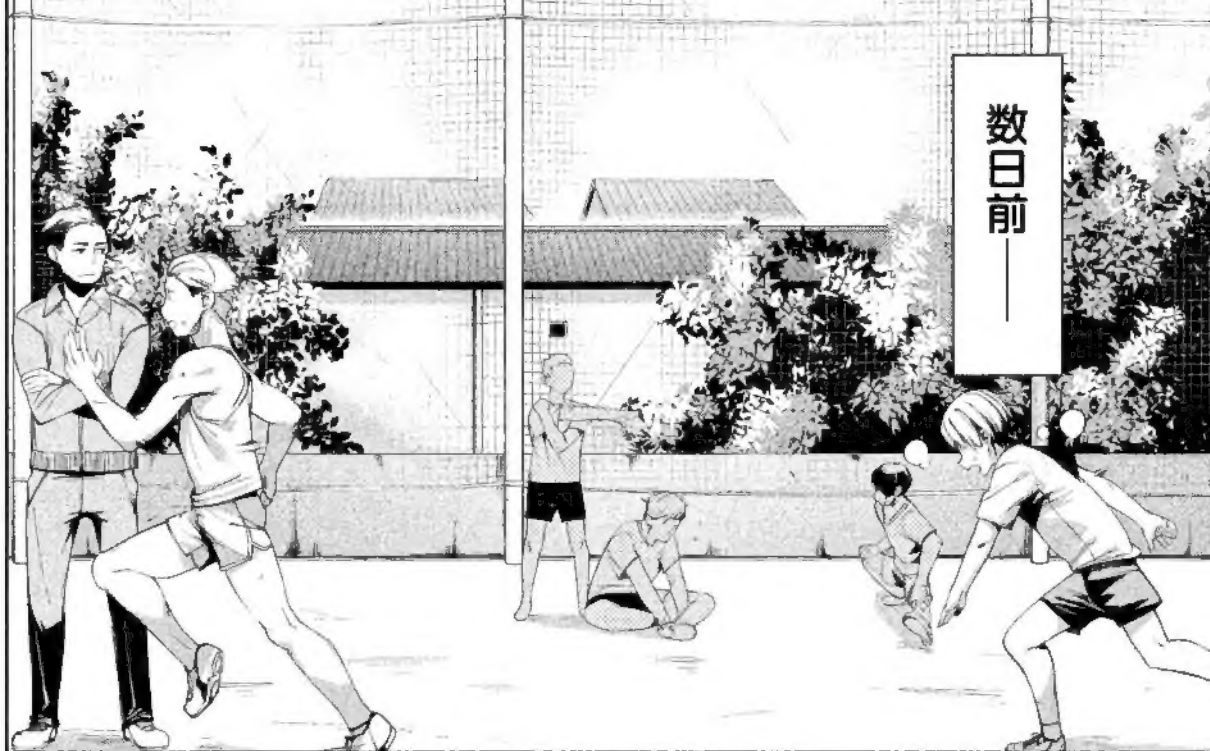
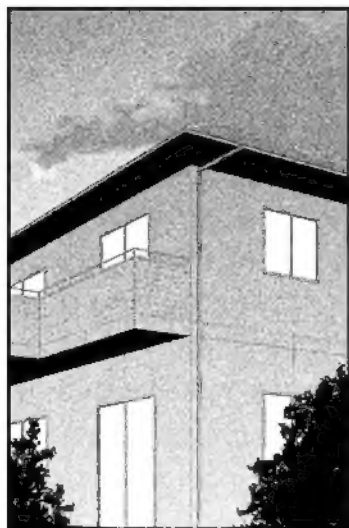
兄貴のお嫁さん
オレの
義理の姉だ

数日前——
ハーーッ
ハーーッ
疲れた…
もう走れねぇ…
ハッ
コラ高瀬(たかせ)！サボるんじゃない!!
本当にお前は根性無しだな…
お兄さんはインターハイにも出場した選手だってのに…
ラっ…

確かにオレは
自他ともに
認めるヘタレ
何でもできた
兄の優一に
くらべて…
何もかも
中途半端な
ダメな弟…
フラッ
フラッ

優一のところは
どうなってるのかねぇ
恭子さんを置いて
一人で海外に
単身赴任だなんて…

恭子さんは大学に残って
トレーナーになるための
勉強を続けるんだろ?
スポーツ科学
だか…
だからって
子どもも
まだなのに…

KOUTA
ホント
何考えてんだ
兄貴の奴…

その美貌と才能から
〝トラックのビーナス〟と呼ばれ
陸上界のホープだった恭子さんは

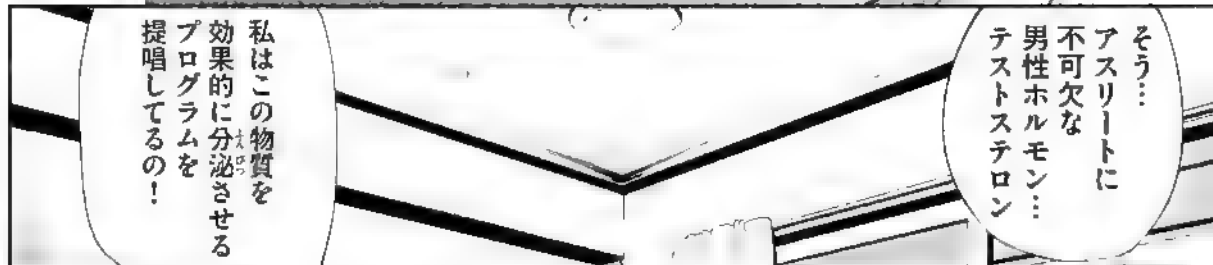
結婚後 実業団入りした
兄貴を支えるため
コーチの道へ進んだ

なのにいきなり
引退して海外に
単身赴任なんて…

恭子さん
かわいそう
過ぎんだろ！

オレだったら…

それにしても びっくりしちゃった
私に短距離走の コーチングをして 欲しいだなんて！
部活での記録が 伸び悩んでたんで
空いた時間にでも お願いできたらと 思ったんすけど
下宿までして 指導してもらえる なんて…
こっちにとっても 好都合だったから♥
私が大学で 研究している 独自のトレーニング プログラム……
その有用性を 証明するため 協力してくれる 選手が欲しい とこだったの
それなんですけど… 独自のトレーニング プログラムって？

テストステロンの増強よ…!
テスト…ステロン?
そう…アスリートに不可欠な男性ホルモン…テストステロン
私はこの物質を効果的に分泌させるプログラムを提唱してるの!
テストステロンはタンパク質の合成を助け筋骨の発育を促すだけでなく…
闘争本能などメンタル面を強める作用があるの
C19H28O2
私はトレーニングにこのテストステロンの分泌量を高めるメニューを取り入れるべきだと考えているわ
もちろん薬物などの使用は無しにね…!!

…よくわかんねぇけど
体格が良くなって
記録が伸びて…
この根性なしの
性格もなおるって
ことか？
なんか
胡散臭いけど…
なにより
優一の弟
だもの…！
ドキッ
浩太クンは
小柄だけど
まだ高校生
成長期だし
絶対効果が
あるはず…
すっ
……
じゃあ約束してね？
コーチである
私の命令には……
や…
やります！
その意気
その意気♥
うろうろ

服…従…？
〝絶対服従〟よ♥
さっそくだけど
トレーニングを
始めるわよ！
準備しなさい
あっ…
はい！
とにもかくにも
兄貴は単身赴任で
海外…

つまり恭子さんとの
2人きりの生活！
しかも身の回りの
世話をしてもらえて
あんなコトや
こんなコトまでっ…
なんて
おいしすぎる
状況…っ!!
ドキ
ドキ
浩太クン？
自らを追い込み
律することで
得られる達成感…
ニコッ
アスリートの喜びを
私が教えてあげるわね！

ファイト♥

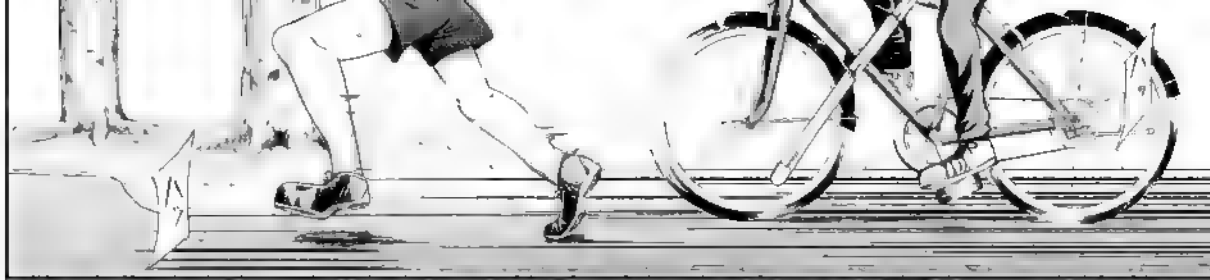
きょっ…恭子さっ…

もう走れな…!

ふらっ

コーチと呼びなさい!

心配しなくてもあと300mを5本もすれば

頭が真っ白になって気持ちよくなれるわよ♥

せっかく恭子さんの手料理が食べられると思ったのに…
味気無さすぎる…！
だら
すっ
おっLINEが…
あっ
スマホは私が預かるわ
指先を鍛えたいならボルダリングでもしなさい！
……

キ…キツすぎる…!!
まさか恭子さんが
ここまで超体育会系
だったなんて!?

テストステロンが
どうとか言ってたけど
ただのシゴキじゃ
ねぇか…!

もう
くじけそうだ
……!!

せめてなんか
おいしい
思いを——

あれ?
恭子さんは…?

そろ

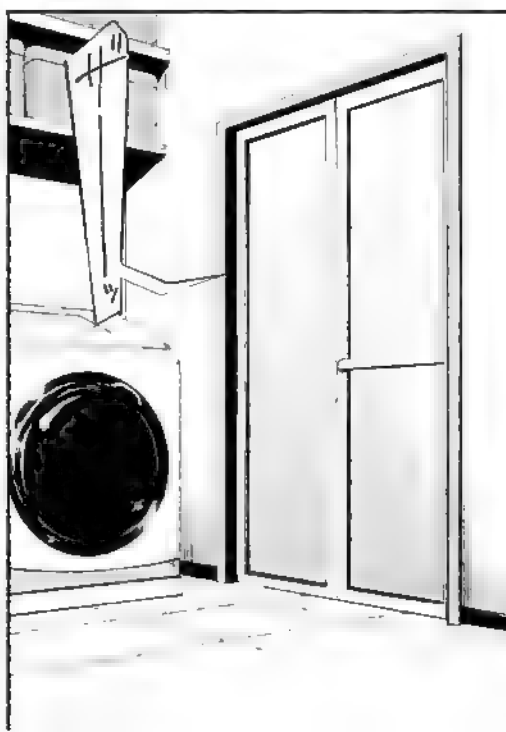
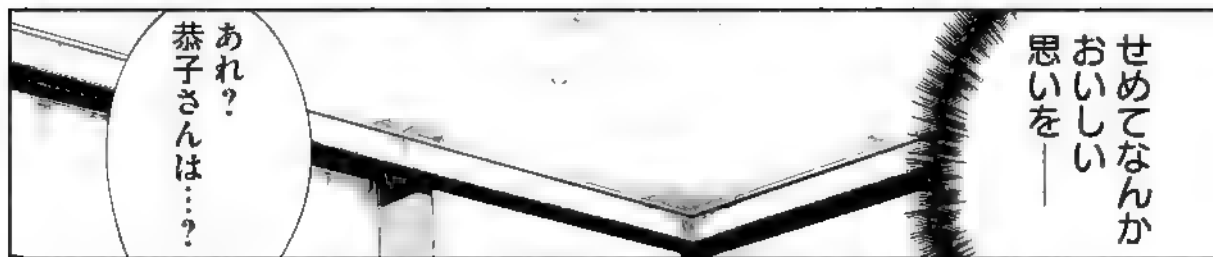
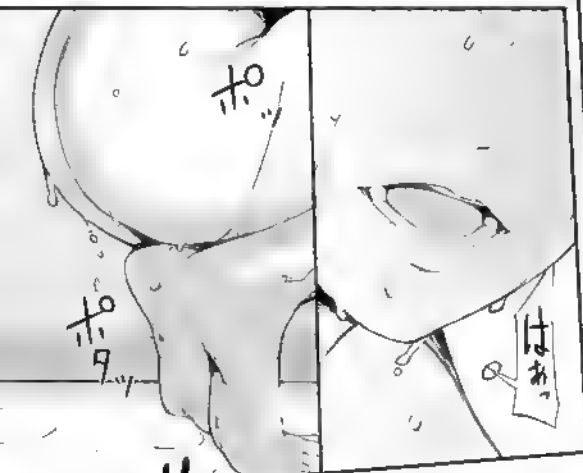
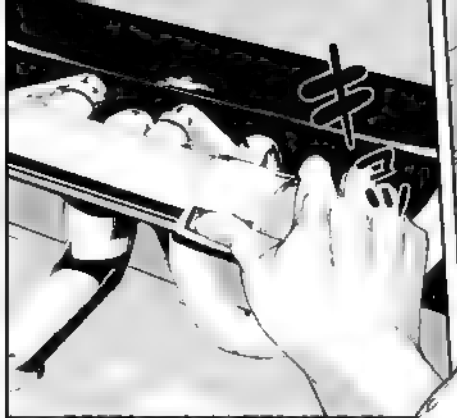
シャアアアアア

ッ

ふっ…
ニャアァァアッ
はっ
んっ
グイッ
ポッ
ポタッ
はぁっ
高瀬くん…君の提唱するトレーニングプログラムは興味深いものではあるが…
選手のプライバシーを著しく侵害する恐れがある!!
はぁっ
ザアァァァァ

キュッ
ピクッ
ピクン
ガラッ
ふーっ
……

ドンッ
ダダッ
浩太クン
何をしてるの!?
あっ…
カアァァァ
ご…ごめんなさっ…
違うんです!!
か…返します
からっ!

ダメよ 勝手に出しちゃ！
ビクッ
…へっ？
ちらっ
浩太クン… オナニーの頻度はどのくらい？
は!? オナ…？ えっとその…
1日…1回… 2回…
たまに3回とか…？

やっぱりね…
多すぎよ！
すみません
いい？体内のテストステロンの濃度はせっかく高めても射精をすると元に戻ってしまうの
ボクサーが試合前に禁欲したり…
サッカーのW杯でブラジル代表が大会期間中セックスを禁止して優勝したのは有名な話…
かといって禁欲し続けてもテストステロン値は一定期間で減少してしまう
私の提案するプログラムは
テストステロンを高濃度に保つメニューをトレーニングに組み込むこと…つまりは

性欲の管理よ!
なっ
恭子さっ
はあ～っ!?
身体と性は切っても切れない関係…
ガラッ

ガチャンッ
けど そこまで踏み込んで選手を指導することは
スポーツ界でも認められていないわ
私はそのタブーに挑戦したいの
ドキッ
アスリートとして高みを目指せる可能性があるなら
追求すべきだわ……フィジカルの限界を……！
の…脳筋すぎる…!?
とりあえず今日は正確にデータをとるためテストステロン値をリセットしましょう

続けなさい
ッッ
続けるって…
そのっ
カァァァァ
グッ

なっ
なんっ
どう？ビーナスの肉体は…？
あら…

今でもトレーニングはかかしてないのよ?
あ…憧れの恭子さんの…
スゴい…
——が目の前に…っ
プルプル
ごそ
ちらっ
がっ…我慢っできないっ!
ドッドッドッ
ごそっ

はぁ
はっ
やめっ!
えっ?
ななんで…
忘れたの?
約束したでしょ
もぞ
もぞ
絶対服従♥
ぞくぞくっ♥

すっ
フーッ
性欲旺盛な
男子高校生が
ガマンなんて
できないわよね？
だからこれからは
浩太クンの性欲は
私が管理するわ
勝手にオナニー
なんてしないこと！
わかったわね？
いっ…
言う通りにします！
だから…っ
出させて…
お願いします
恭子さん…っ
やだもう…
コーチよ
ぞくっ

浩太クン
近すぎっ…
すごい
息遣い…っ
いいわ
続けて…っ！
はいっ…

いい？性欲もスポーツと一緒
フーッ
自らを追い込み律して耐える…
その先に初めて辿りつける快楽の世界があるの！
フーッ
ますます息遣いが荒くなってきたわね
ハッ
ハーッ
奥まで届いちゃいそう…♥
ハッ
ーーー…

さあ もっと
ピッチを上げて！
右手を
動かして!!
きょ…恭子さん
オレもう
!!
まだよっ…
まだ我慢してっ
頭が真っ白になるまで
こらえるのっ！ そう…
体液が身体から
逃げ出す…
その瞬間までっ

もう…
出るっ…

ハッ
ドロロッ
ハーッ
こんなに飛ばして…
新記録達成ってところね…♥
ドロ…

フー…
な…なんてこと
しちまったんだ
お義姉さんの
前で…
ズッ
浩太クン
このことは…
2人だけの
秘密よ…？
グッ

ゴクッ
ゴクッ

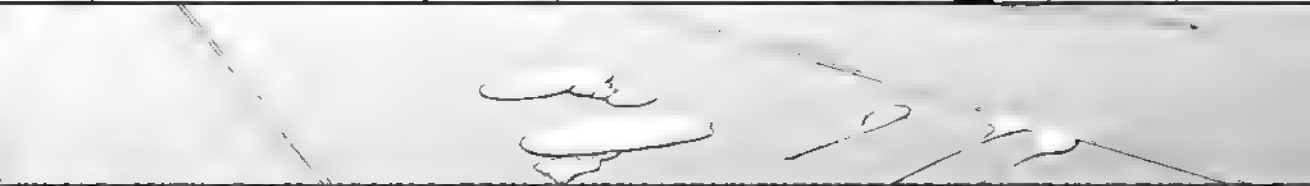
明日から本格的にテストステロンを上昇させるメニューを取り入れるわ

ゴッ
ゴッ

けど その前に…

はいコレ!

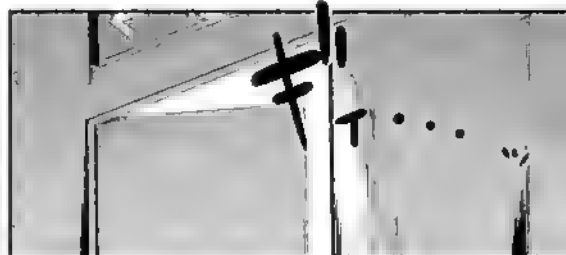
え…?

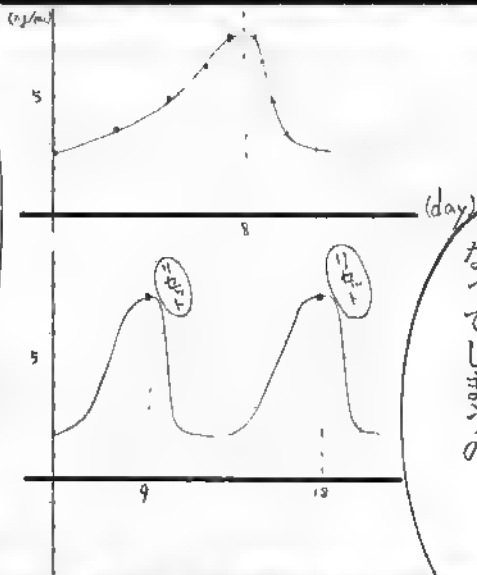
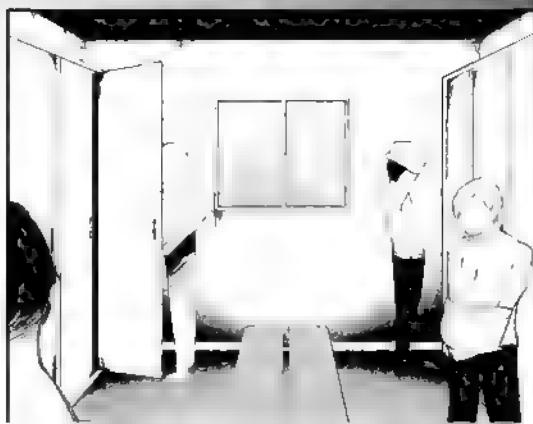
こうしてオレの――
次に射精していいのは9日後…
頑張ってね♥
すっ
は…
義姉に性欲を管理される生活が始まったのだ
ピッ
はい…
第1日目 終

第2日目
イメージトレーニングの重要性

チャプ…ッ
ギィ…ッ

コトッ
グッ
グッ
ザッ
スッ

ダッ
ハッ
ハッ

ダッ
ダッ
ダッ
ハッ
ハーッ
ハッ♥
ハっあ……っ♥

午前の授業終わり…と
ふ〜〜〜〜〜
どてっ
邪魔だなコレ
なんだ浩太チョーカーなんて着けて…
おしゃれじゃん！
そんなんじゃねーよ…
ホントとんでもないことになっちまった…

筋骨の発達を促し闘争本能を高めるテストステロンは
アスリートには必要不可欠な物質
その90%以上は男性の場合睾丸で分泌される……
射精せずに溜め込めば6~8日でテストステロン値はピークを迎えるわ
けどその後は徐々に下がり元と同じ値で横ばいになってしまうの
(day)
リセット
リセット
つまり体内のテストステロン値を高濃度に保つには8日間禁欲し9日目に射精してリセットするを繰り返せばいいことになるわ
もしこっそり出したりしたら
この首輪で測ってるテストステロン値でバレるから
覚悟してね♡
まさか爆発したりしないいよな…?
で…でも恭子さんその…!!

絶対服従！
……
陸上部
次出していいのは9日後……！
浩太クンの性欲はコーチである私が管理するからいい子にして従うのよ♡

ぐぬぬ…

冗談じゃねぇぞ!?
やりたい盛りの高校生に
禁欲生活なんて…

しかも恭子さんの裸が
目に焼き付いて朝から
勃ちっぱなしだし…!

恭子さん!?

な…なんでここに？
ちょっと先生にお願い事があったの
すげー美人……

いやぁ～さすが"トラックのビーナス"お美しい！
実は私も現役時代からお世話に…
おっと！ファンでして…

ありがとうございます♡

そういえば旦那さんの優一君は実業団をやめられたとか
オリンピックも狙えた選手だったのにもったいない…
…ところでさっきのお話ですが
浩太クンはしばらく私に預けてください
その結果次第では3ヵ月後の対抗戦でレギュラーに選抜してもらえませんか？
は…はぁ!? ちょっと恭子さん!?
それは構いませんが…こいつにお兄さんのような才能があるとは思いませんがねぇ

いえいえ
弟もなかなかのモノを持ってますよ♡
ムギュ♡
……!!
ごく…
なんかエロイ……
ハッ ピッ
ハッ ピッ
タッ
タッ

ハ…
ゼェ…
も…もう走れない
足がケイレンして……
だらしないわねぇ
横になりなさい
マッサージしてあげるから
いててててっ!?
ギブ!! ギブだって恭子さんっ

ッフ―――…
……
あのさ…恭子さん

オレには兄貴みたいな才能は無いですよ
頭も運動神経も見た目も性格もいいとこ全部持ってかれちゃってるから…
そのくせ趣味嗜好だけは似通ってるからもう最悪ですよ
やることなすこと兄貴に先を越されて…

ザァアア
浩太クン…

厳しいトレーニングを
乗り越えれば自信は
必ずつくわ
コーチである私が
そのことを
教えてあげる…！
グリッ
グリリッ
ヤ…
ヤバッ…
はい！
コーチ…っ
………
バレてない
よな…？

ムラ
ムラ
もじっ
ヌきてぇ…っ!!
自信って言われてもなぁ…
肝心の性格が根性ナシだし…
むぅ
くそっ！恭子さんの感触が残ってて…っ
もじっ
つーか…
兄貴と恭子さんの仲ってどうなってんだろ
オレがこの家に来て以来…
連絡してるとこも見たことないし
浩太クン

今日最後のメニューを始めましょう
…って！
い…今から筋トレですか!?
ここに横になりなさい♡
ポン
横って…こう？どこを鍛えるんです？
どうやって使うんですかこれ…？
ほらいいから早く！

体内のテストステロン値を能動的に増やすトレーニングよ
テストステロンは男性の場合 主に睾丸で作られ
興奮によって分泌量が増えるの

例えば…
性的…
性的刺激…！
ドキ
刺激？

そう…それも危険が伴うほど――

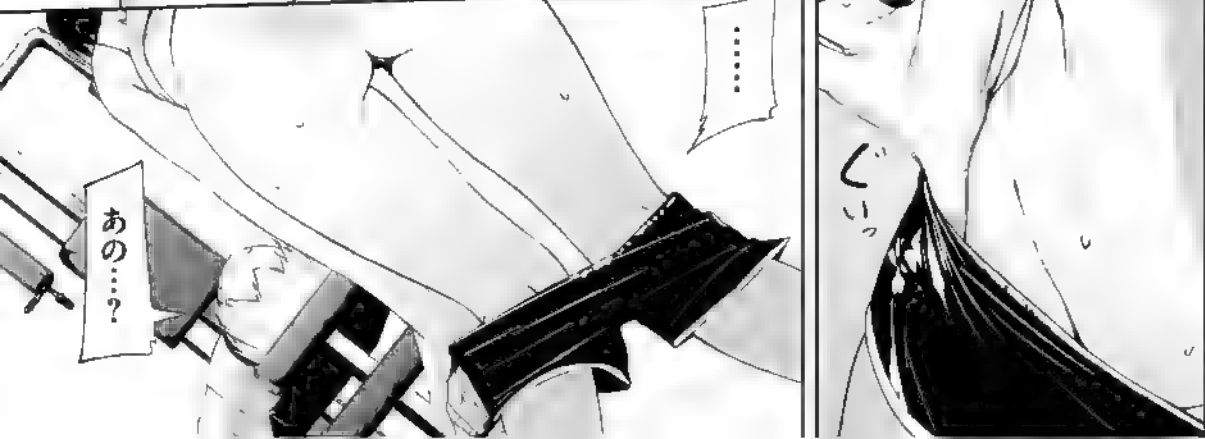
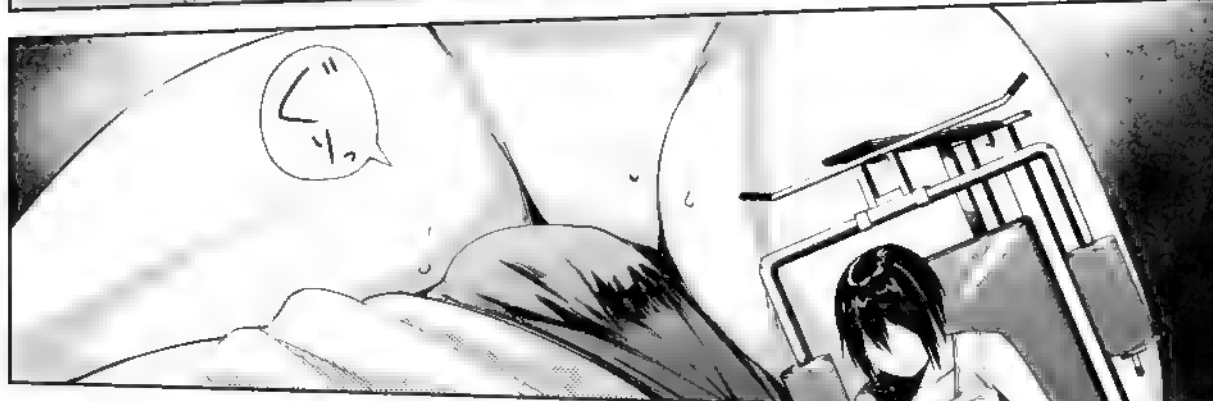
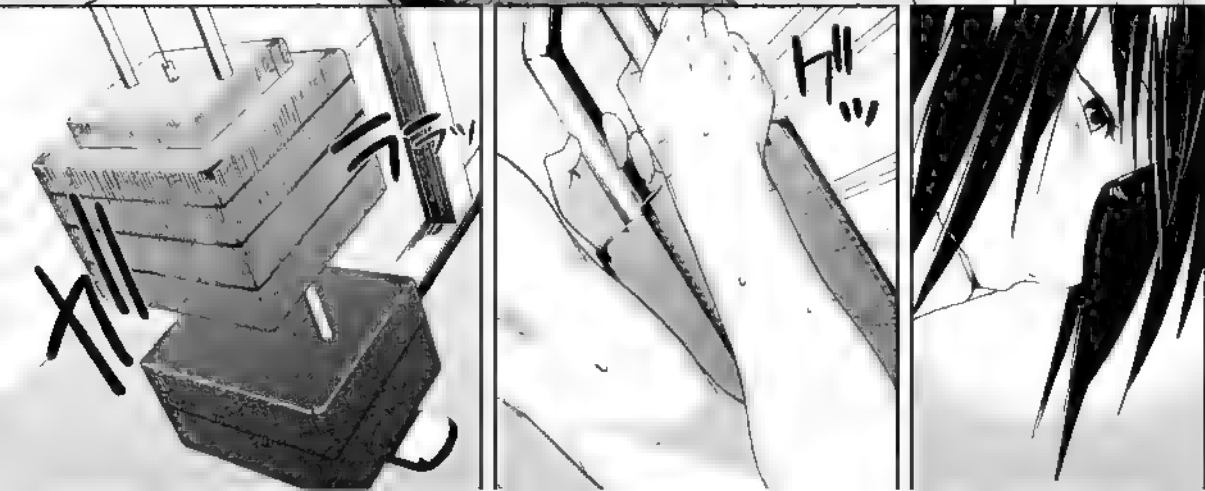
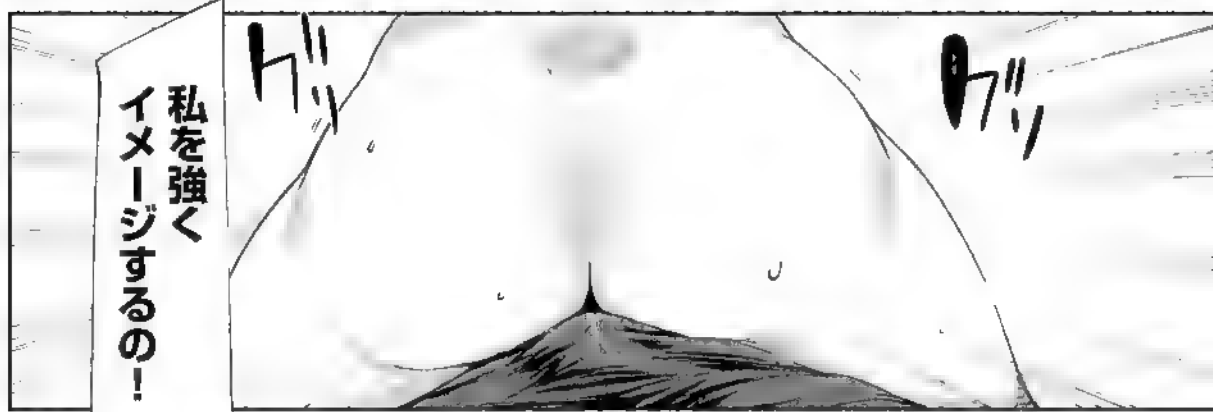
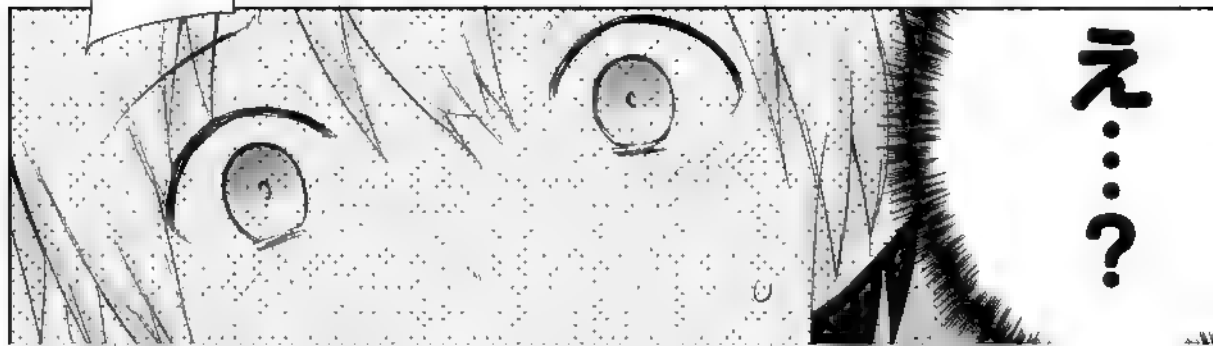
浮気や
不倫・・・
きょ・・・
禁じられた
カンケイほど興奮を
かきたてる・・・！
恭子さん？
すっ
もちろんあくまで
トレーニングよ
変な期待
させちゃったかしら？

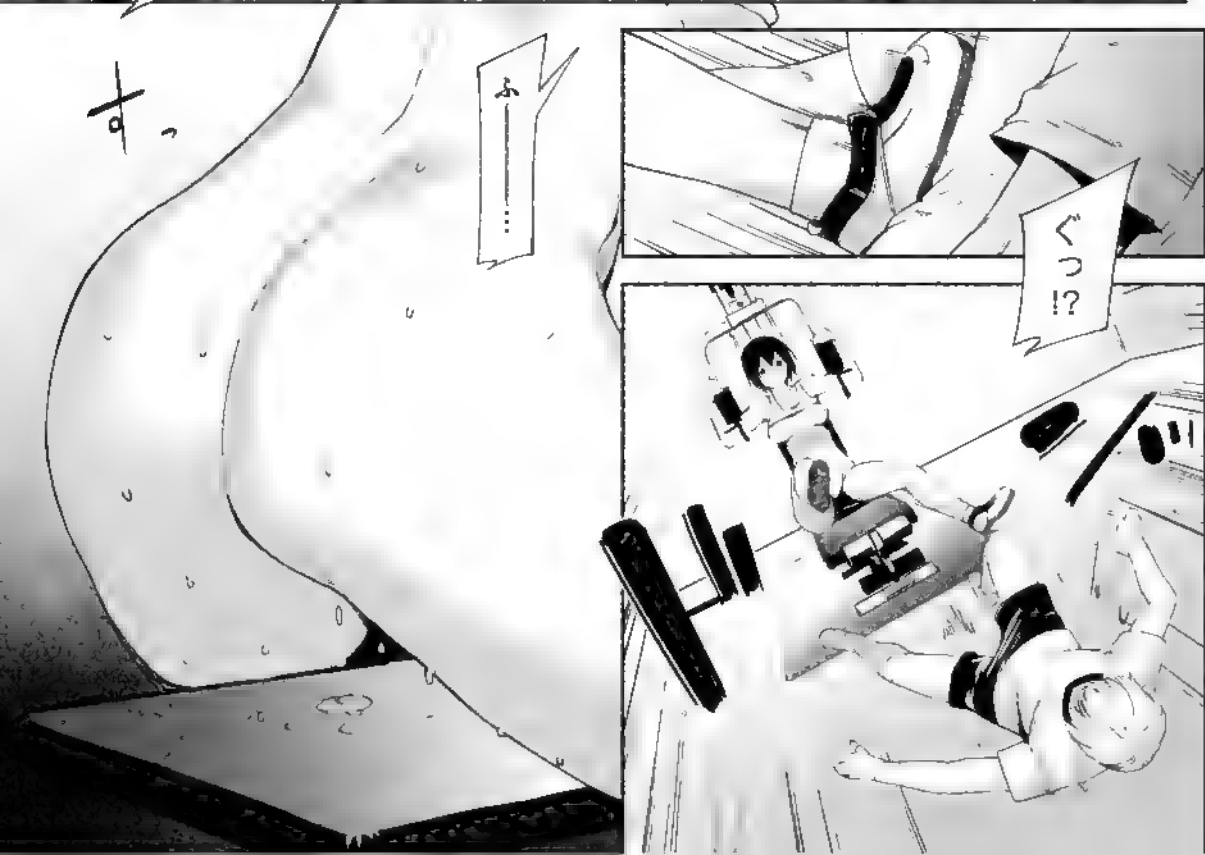
サッ
あ…いえっ
別に！
浩太クンは
私の夫の弟…
私たちは
義理の姉弟
ましてあなたは
高校生だもの…
するっ
だから
イメージ
トレーニングでね♡
……
ぐいっ
あの…？

ぐりっ
恭子さんっ!?

んっ……！
う…あっ!?
グリッ
ドプッ…
アスリートにとってイメージトレーニングは大切な技術の一つよ
あっ…
擦れっ…
事細かに状況を想定して本番に備えるの…！
グッ
ズ
ラブッ

ガシャン
グッ
この息遣いを
汗を…
匂いを…
フェロモンを
感じとって
グリ
グリ
私を強く
イメージするの!
え…?

恭子さんを…
恭子さんの
身体を…
イメージ…っ
兄貴の
嫁さんの
恭子さんと…！
オレが…っ
ピタッ

ピクッ
ピクッ
もちろん出しちゃだめよ♡
禁欲中なんだから！
そ…そんなっ
絶対服従！
ラッ
さあ
イメージして…

!!
イメージ…
恭子さんの
身体を…っ
自分勝手に
好きなだけ
はぁ…
はっ
何度も何度も
突き上げて
すっご…い
コータくん
メチャクチャ
につ…
ビクッ
ビク

んふっ
ビクンッ
ビクッ
ビク
うああ
ふっ
出してないわね？
ハァッ
えらいえらい♡
ハーッ
恭子さん…

もうガマンできない…
恭子さんっ
ムギュゥッ
んくっ
オレ…オレ…！
ぐっ!?
ふ―――…
すっ
ガッ

ぎゅッ

雌はね…

優秀な雄の遺伝子を求めてるの…!!

興奮した？

ニコッ

8日後のテストステロン値が楽しみね♡

ガマンできるか
こんなの
出させてくれ
──っ!!
第2回目 終

第3日目
精神が肉体を凌駕する

〝トラックのビーナス〟高瀬恭子！
マジ美人だな
すげー締まった身体…!!
エロ
うらやましいなー浩太
こんな人にマンツーマンでコーチしてもらえるなんてよ

どうしたんだあいつ？

えらい前屈(かが)みだな…？

……

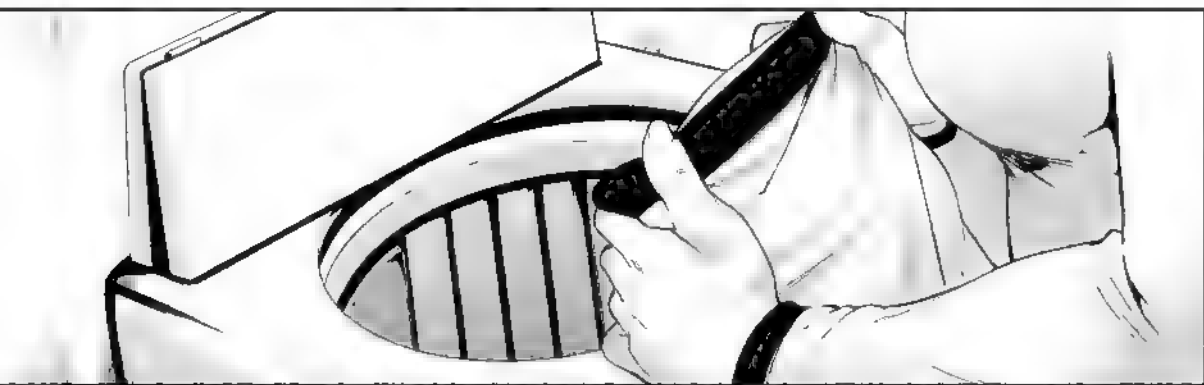
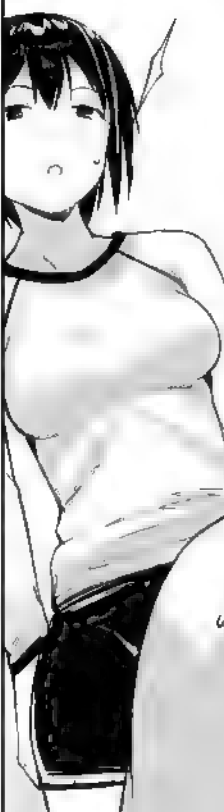
ハーーッ
オナニーしたい…っ！
恭子さんのもとで下宿を始め
性欲管理生活4日目…
ハーーッ
ジャアアアアアー
筋肉の動きをよく見て！
ハムストリング
内転筋群
骨盤底筋！

ワッ
この筋肉でセックスの時締め付けるの…!!
ググッ
グッ
ピピッ
な…なんか首輪から音が!?
この調子でトレーニングを続けましょう♡
テストステロン値に反応してるのよ
禁欲生活も3日目を過ぎて濃度が高まってきてるんだわ
ずりっ
テストステロンを増強させるためのイメージトレーニング

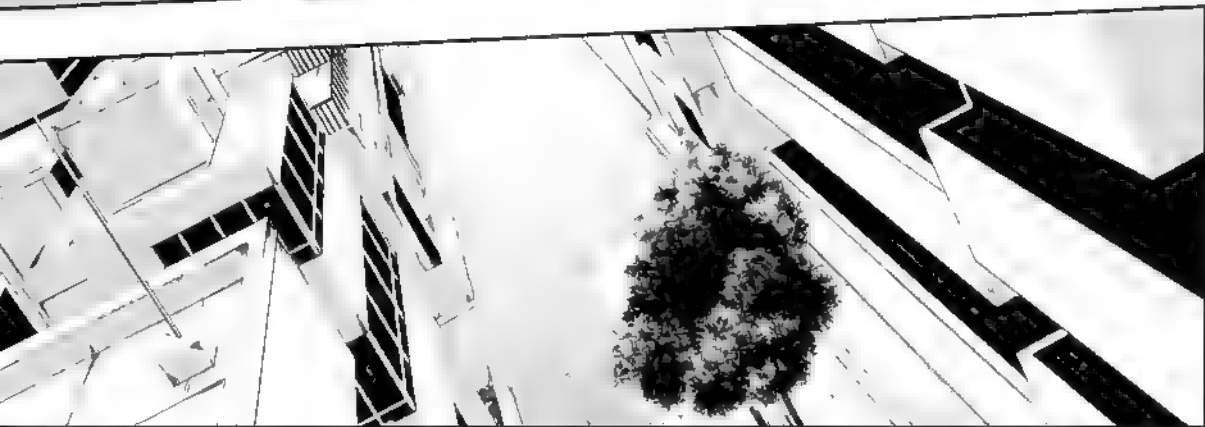
早くもオレのガマンは限界を超えようとしていた
出したい…っ
出したい…っ
したい…
シコりたい!!
はい 今日はここまで!
家まで軽く流して帰りましょう
………

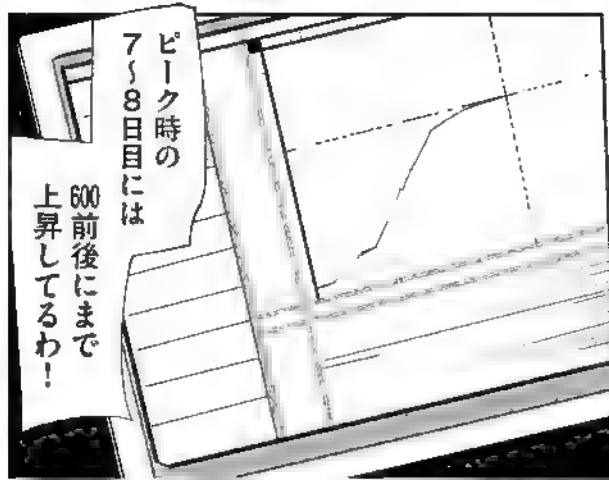
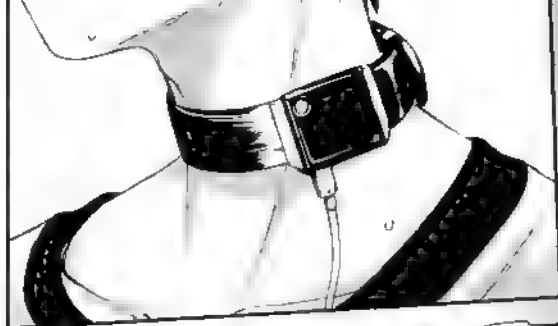
ザアアアッ
…わっ
すしっ
若い子は新陳代謝がいいわね

あーあ…
こっちのほうも…
…
すぅっ…
ピッ
ピッ
ピッ
ピッ
ピッ
もじっ

浩太クン？
ザァアアアッ
ゴッ
ゴリ
ちょっと何してるのっ
ハァッ
ハッ
ダメじゃない!!
うぐっ
もう…無理です！
お願いですから出させてください！

絶対服従！
変わりたくて自分から私を頼ってきたんでしょう？
せめて3ヵ月後の対抗戦まではやり遂げなさい！
それはそうですけど…
ぐっ
そもそもこんなトレーニング…
本当に効果あるんですか…？

浩太クン…
疑うわけじゃないですけど…
性欲を管理して記録を伸ばそうなんて…胡散臭いというか
しかもその…義姉弟でこんなこと…
が
嘘です ごめんなさっ…
ひっ
ばっ
……バカげたことだってことはわかってるわ
大学でも誰一人耳を貸そうなんてしない…
当然 協力してくれる人もいない…

でもね…私にとっては
大事な研究なの！
そのためなら
いくらでも身体を
張ってみせる!!
だからお願い…
あなたの協力が
必要なのよ！
け…けど
オレには
兄貴みたいな
才能も根性も…
まだそんなこと
言ってるの？
あなたって子は
本当に…

翌日からオレの
股間を考慮し
トレーニングメニューは
通常のメニューのみとなった
嬉しいような
悲しいような
悶々とした思いを
抱えたままオレは
なんとか禁欲生活に耐え
う…ん～

そして9日目――
見て！
見て見て!!
この9日間のテストステロン値の推移よ
！。
初日で300ng／ml程度の濃度だったのに…
はしゃいでる…？
ヤウイイ
ピーク時の7~8日目には
600前後にまで上昇してるわ！

効果テキメンね！
浩太クンはもともとテストステロンの濃度が低いのもあるけど
この調子で続けてけば体格や運動能力も必ずや伸びるはずよ♡
あの…じゃあ禁欲は…
ええ…9日目以降はテストステロン値が減少するから
リ・セ・ッ・ト・させましょう！
でも勝手に出しちゃダメよ？
私の指示に従って
ガラッ
バタンッ
あら…

ドンッ
ドン
ちょっと浩太クン!?
開けなさい!
ドンッ
お願いですから一人にさせてください…!!
ドンッ
オナニーする時は誰にも邪魔されず自由で…
救われてなきゃダメなんだ!
私物は大体恭子さんに没収されたけど…
この日のために友達に借りたタブレット…
浩太クン!
浩太クンってば!!
9日ぶりのオナニー…
その間ひたすら悩み続けていたのが…

何をオカズにヌくか――!?
わきわき
動画…
エロマンガ…
ジャンルは!?何がいいだろう…
ピロッ
ピロッ
それこそいっそイメージトレーニングを活かして妄想の中で恭子さんを…
いやっ…!!屈しないぞ…!!

オレは自由だ―――!!
…スッキリした?
ガチャ
や…その…

出したいんだけど出したくないっていうか…
オレっ…
せっかく9日間もガマンしたんだから最高のオカズでヌきたいけど決めきれなくって…
オレもう…
どうしたらいいかわかんない…!!
……
まったく…
しょうがないわね……
スルッ

ぐぐぐっ
……恭子さん？
ふっ——…
ググッ
ググッ
ガラッ
グイッ

ガシャッ
あ…あの？
ガッ
ガシッ
スッ
フッ
ハッ
タンッ
ハアッ
ハッ
ハッ
ハッ
ポロッ
ポロッ

フーッ……
フー……
私が……ミルキングしてあげるわ！

もちろん
イメージトレーニングで
だけどね…♡
そっ…それは！
オレが
小学生の頃
陸上大会で
唯一手に入れた
トロフィー…!!
返してください！
オレにとっては
大事なモノなんですから
それなら
都合がいいわ
ずぼっ
あら
そうなの？

ずずずっ
んっ
自分の…と
重ねあわせて
しっかりイメージしなさい…!!
自分のと
重ねる…!?
あの
トロフィーを…?

ちゅるっ
んっ
んむっ
ピクッ
ピクッ
もぞ
もぞ
触っちゃダメよ!
直接的な刺激に頼らず
イメージだけでイッてみせなさい

そっ…そんな！
絶対服従！
で…でも触らずになんてどうやって…っ
男性の射精をコントロールする筋肉は骨盤底筋群のひとつ
PC筋よ
ここを締め付けることで前立腺に刺激を与え射精を促すことができるの
もじ、
もじ、
PC筋
前立腺

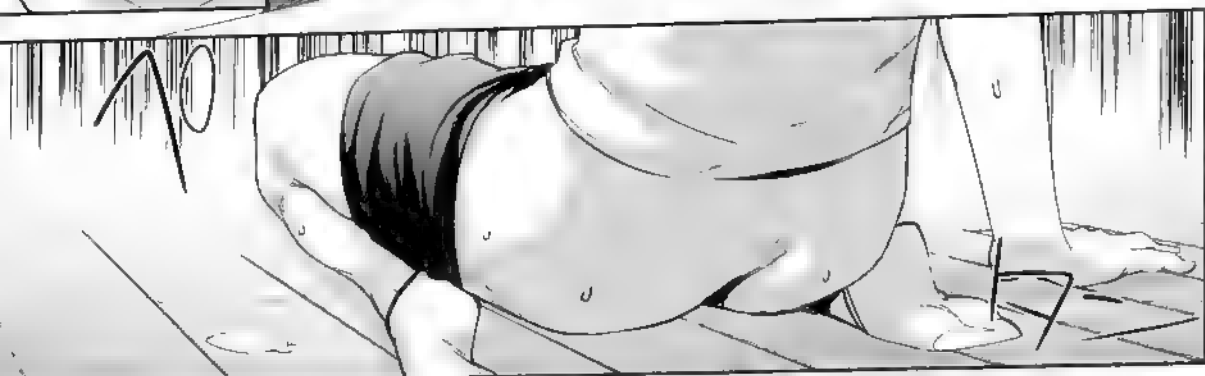
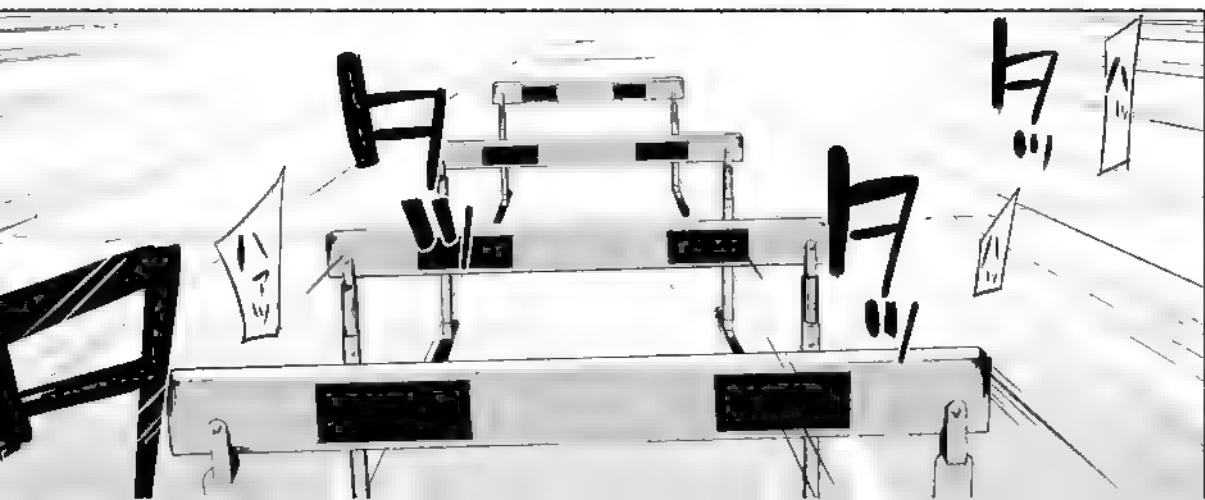
9日間も溜め込んでガマンの限界の今なら…
ちょっとした刺激でもイケるはずよっ！
ドッ
さあ…勢いよく射精することをイメージして!!
ヴヴッ
恭子さんがオレのを…!!
ヴヴッッ
ギュウッ
ヤ…ヤバい
なんだこれ
ピッ
腰…勝手に…
ピッ
ピッ
…♥
何かこみ上げて…!!
ガクガクガクッ

あっあぐっ
ピピッ…
ドドッ
ビクッ
ビクッ
バキッ
止まらなっ…
ドクッ
ドドッ
ドクンッ

プルプル
ハッ
フー
ハッ
フー
頭…まっしろに…
あ…あれ…？
これでリセットできたわね
また9日間頑張ってガマンするのよ？
すっ

次はもっと
大きくて立派なトロフィーを獲ってきてね♡
コッ
ニー
フラッ
はっ…
タンッ
バ
……
スタッ
スタッ
ド
サッ
はひ…っ
んっ…

ヌルッ

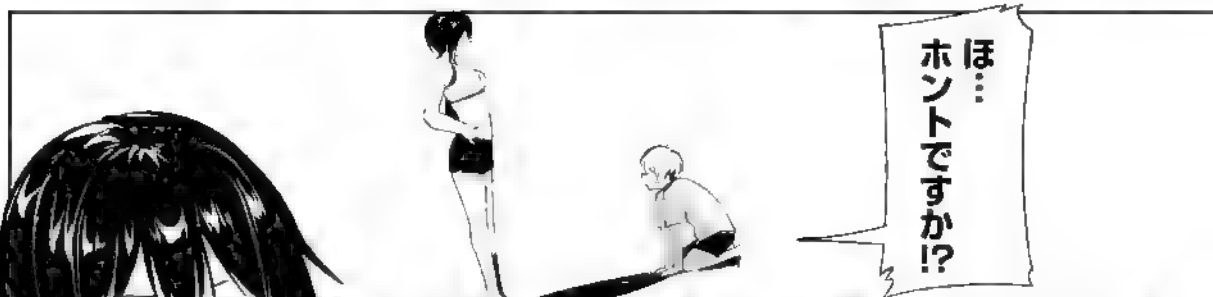
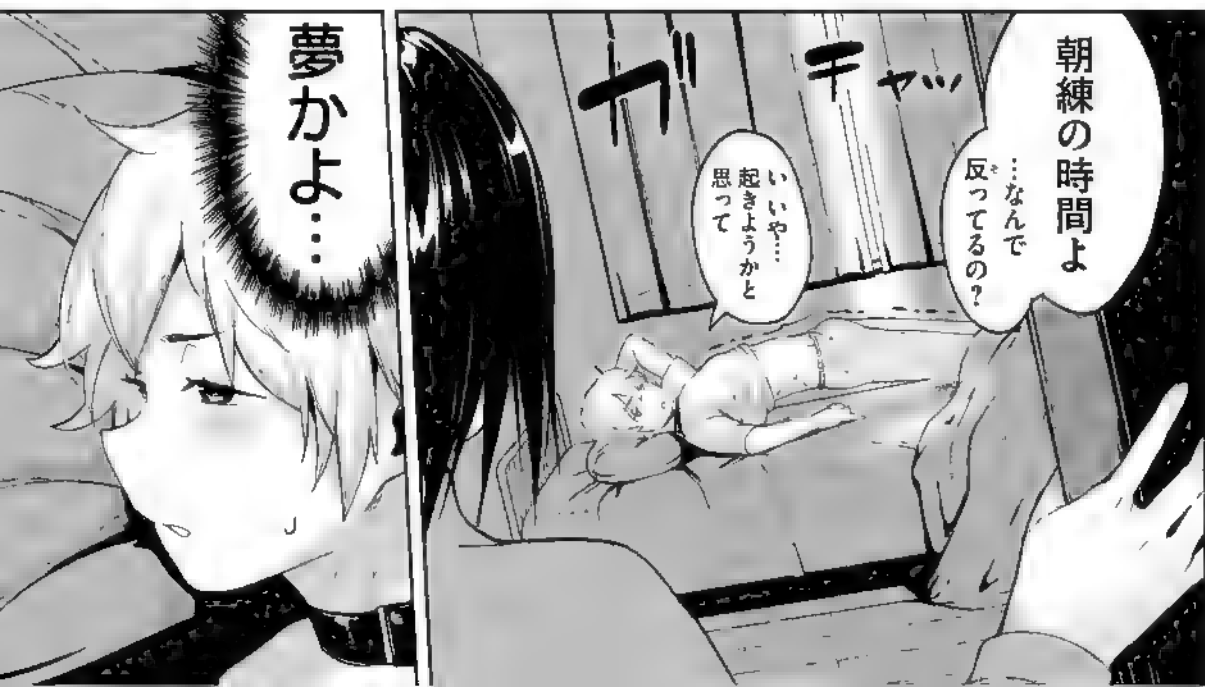
その夜

久しぶりに安らかな眠りについたオレの中で
何かが目覚めようとしていた……
スー……
恭子…さん♡
第3日目 終

第4日目 ストレッチは入念に

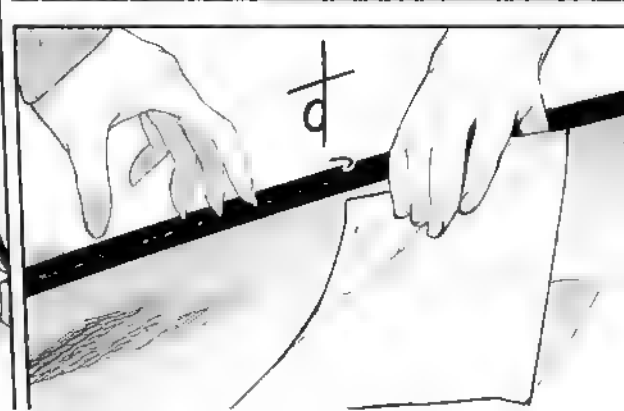
浩太クン
もうガマンしなくていいわよ
ほ…ホントですか!?
ええ…
ぬっ
好きなだけ出しなさい♡
あっ そんなっ♡

ふっ♥

……あれ？

起きなさーい
浩太クン

数々の誘惑に打ち勝ち
9日間のオナ禁…
余裕…
お前らじゃ3日も
無理だろうな…
昨日は
3発ヌいた
男としての
自信がついてきた
テストステロンの
おかげかな？
たくましく
なった気が…
ぐっ

恭子さんが
オレのことを必要として
くれてるんだ…!
兄貴じゃ
なくて!

がんばるぞーーっ

わき
わき

ドンッ

きゃっ

すっ
すみません

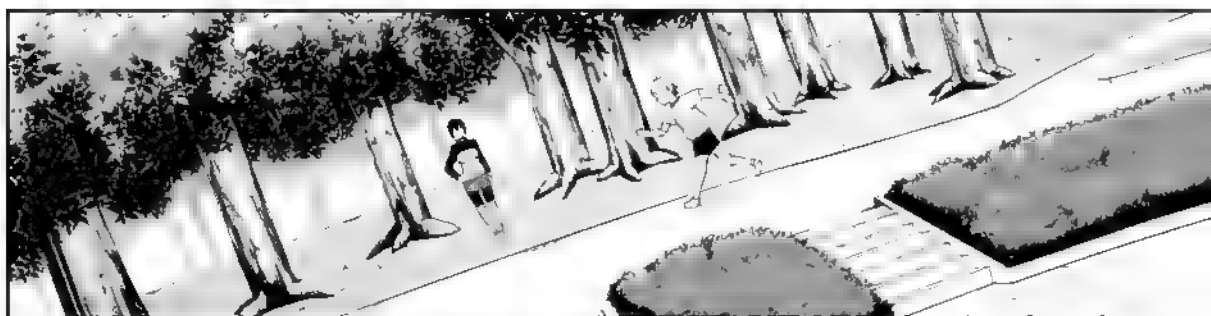
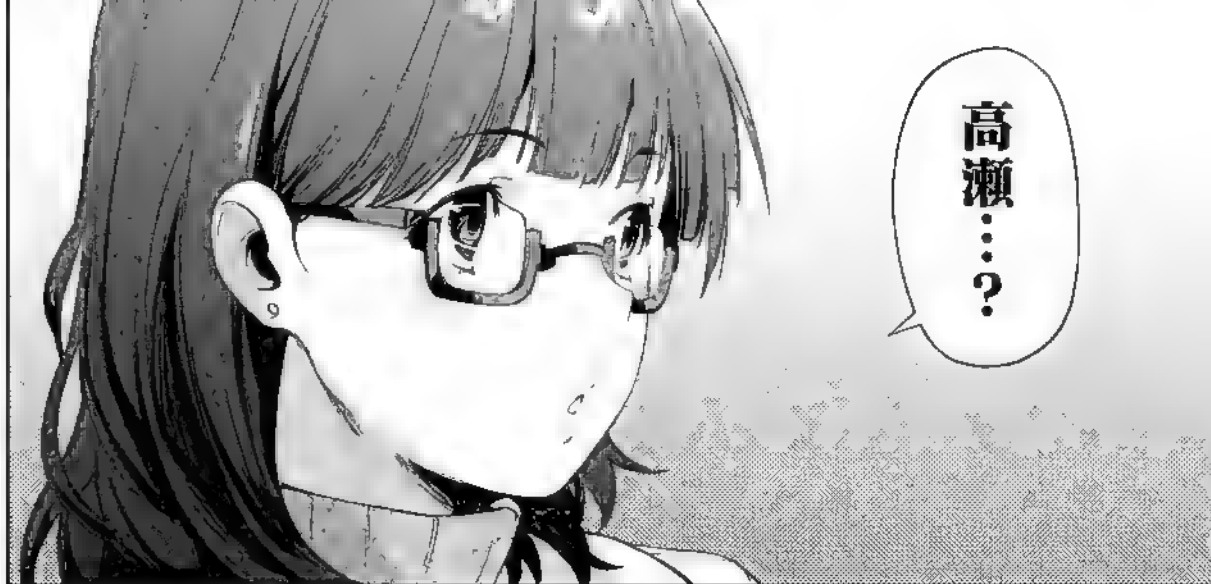
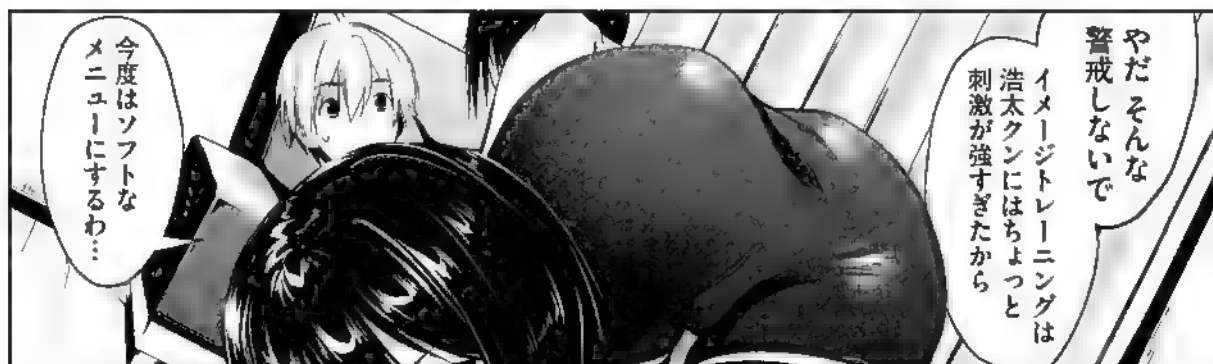
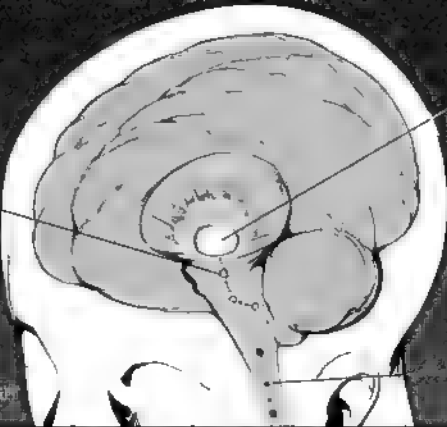
!?
やっちゃった――…
プルンッ❤
ゴクッ
私もヨソ見してたから…
赴任してきたばかりで迷っちゃって
あーがと❤
す

…しょっと
すっ
おっぱい
養護教諭の紅林です
よろしくね
デケぇーーっ
ん？なんの音かな？
？
ピピ
ヤベッ
おい高瀬ちょっと来い！
すみません失礼しますっ

足首が緩んでる！

カカトから接地して
つま先から抜ける
ように！

3往復をあと4セット!!
へバッてる暇はないわよ♡
パン
は…っ
はひっ
禁欲生活3日目──
だいぶ慣れてきたわね
でっ
禁欲生活も2回目……
は…はぁ
慣れてるように見えるのだろうか…

じゃあ今日から
ゴクッ
テストステロン値を高めるための新メニューを導入するわよ!
ぬうっ
やだ そんな警戒しないで
イメージトレーニングは浩太クンにはちょっと刺激が強すぎたから
今度はソフトなメニューにするわ…
ストレッチよ♡
それだけ?
グッ
ス…ストレッチ?
グッ

テストステロンの濃度を上げるには視床下部への刺激が重要なの
刺激を受けた視床下部からはGnRHというホルモンが分泌され
そのGnRHがLHを合成しライディッヒ細胞などと結びついてテストステロンが生成されるわ
GnRH
LH
視床下部への刺激は精神的な興奮だけでなく筋肉を使うことで交感神経を活性化…
ええ…は？
逆にほぐすことで副交感神経を活性化させることでも得られる…
要は運動した後念入りにストレッチすれば視床下部への十と一の刺激でよりテストステロン値が上がるというわけね
はぁ…
拍子抜けって顔ね…
何を期待してたのかな？
いや何もっ!?

てっきりエロいことしてもら…されるのかと思った
とりあえずお風呂に入ってきなさい
はーい
ホッとしたような残念なような
ぐ…

私にとっては大事な研究…か…
ふー
だからって体張りすぎだろオレたち義理とはいえ姉弟なんだし……
なんでそこまでして…
ギッ…
わしゃ わしゃ
浩太クン
ヤァァァッ

は？
入るわよ？

きょ…恭子さんっ…!?
大丈夫よ
ストレッチする
だけだから♡
い…いや…でも
何も風呂場で
……!!
そっ
この前みたいに
隠れて出そうと
されても困るしね♡
すっ

下半身が反応しちまうっ…
それに筋肉のつき方を見たいから都合がいいわ
今日からは毎日一緒にお風呂に入るから♡
えっ!?
さあ立って脚を見せて!
い…いや今はその…
お風呂上がってからでも……!!
絶対服従♡

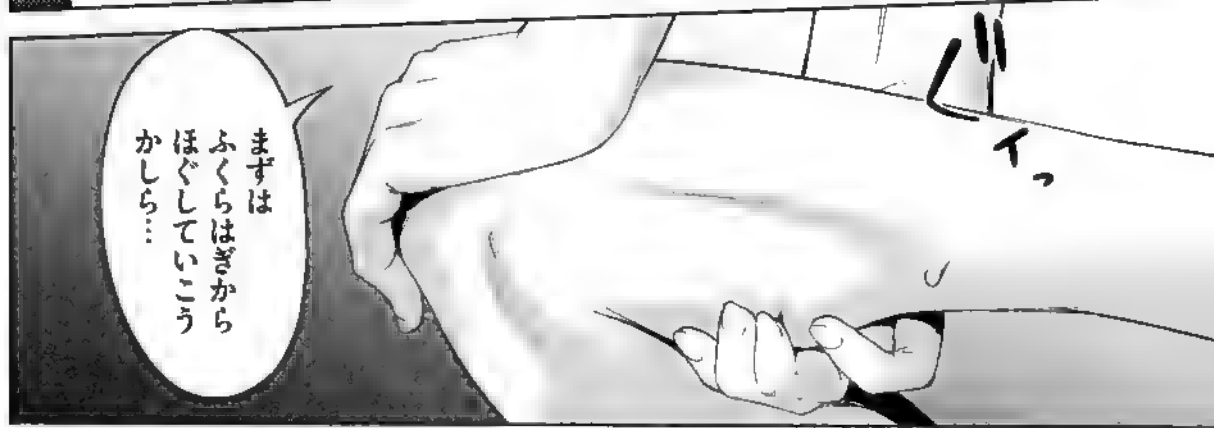
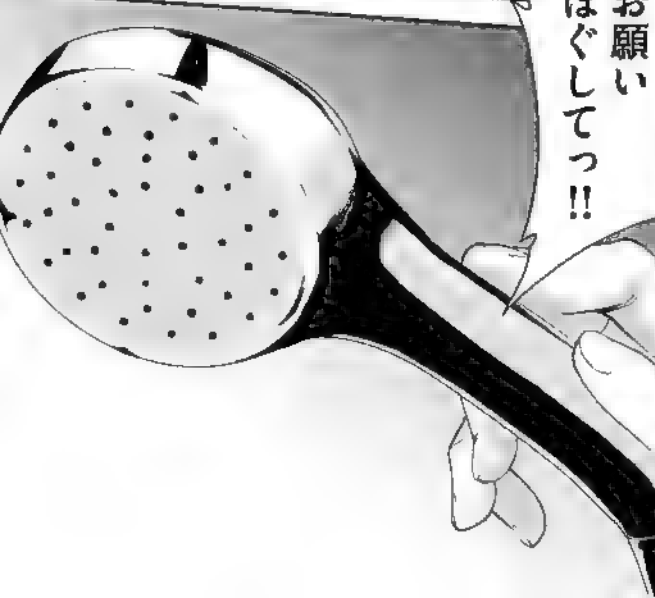
死ぬ…
恥ずか死ぬ…っ
やっぱりまだ
細いわねぇ
スリッ
スリッ
ふくらはぎ
ハムストリングス
大内転筋をもっと
強化しないと…
短距離に
必要な筋肉は
後ろの筋肉群！
ピクッ
やっ…
ヤバいーーっ
近い…っ
息がかかる…っ
ピクピクッ

ピクッ
ピクピクピクッ
ムクムクッ
グスッ
こっちのほうももうちょっとたくましくなるとイイわね…♡
ヤァァア
フルボッキしちまった――っ
こんなの恥ずかしすぎるっ
もう勘弁してくださいっ
がしっ

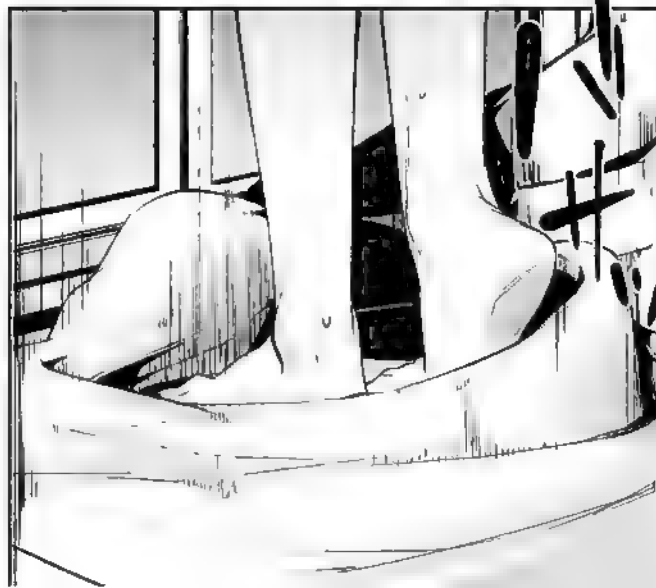
ガッ
ツッ
うわっ!?
選手とコーチは一心同体!
その日 何時間寝たか何を食べたか何を出したか…
私の前では全てをさらけ出しなさい…!

さあ……
ストレッチを
始めるわよ♡
ポキッ
ポキッ
グイッ
まずは
ふくらはぎから
ほぐしていこう
かしら…
ピクッ
さ…
触られて…っ

次は太もも…
ぐにっ
ぐにっ
恭子さんの手がっ…
そして股関節…っ
ぐいっ
恭子さんっ!?
スス…ッ
どんどん下にっ…
だいぶほぐれてきたようね…

ピロッ
ピロッ
あとはココ・・だけ…
ピロッ

ずいぶんカッチカチだけど…どうしようかしら…？
ピピッピッ
ピッ
恭子さん…っ
お願いほぐしてっ!!

ああああああ
冷たーーーい!!
テストステロン値もたっぷり上昇したみたいね
けどスポーツは自分との戦い
自らを律してコントロールしておかなければならない…

性欲になんか……負けちゃだめよ！
ふあい…

ん…

私は…
負けない…！
これから風呂にまで一緒って…
もはやオレの股間にとって安住の地はこのベッドの上だけか…

ピッ
ピッ
ピッ
もう…ガマンしなくていいのよ
ピッ
ピッ
ムッ
はっ
きょっ…恭子さんっ
ビクッ
もっとゆっくりっ
うううう
どうしたの？情けない声出しちゃって
だってっ…気持ち良すぎっ…
うあっそれダメっ…

出ちゃう？
出ちゃいそう？
でちゃっ
恭子さん
でひゃう
いいわよ♡
思う存分
出しなさい
はひっ
翌日
呆れたわ…
たった3日間
ガマンした
だけなのに

恥ずかしすぎる…っ

だって恭子さんが踏むから…っ

……夜中も見張らないとダメみたいね

え？

今日からは寝るときも一緒よ♡

第4日目 終

女神の
スプリンター

THE GODDESS'S SPRINTER

第5日目 夢で逢いましょう

ね…
眠れるわけがない……っ
やっぱり夢精でテストステロン値もリセットされちゃってるわ…

お漏らし…
すっ
しちゃわないように見張らないとね♥
み…見張るって…？
私が一緒に寝て…
首輪に反応があったら起こすわ…
ドキッ
えっ⁉
絶対服従！
ハィ…

すー…

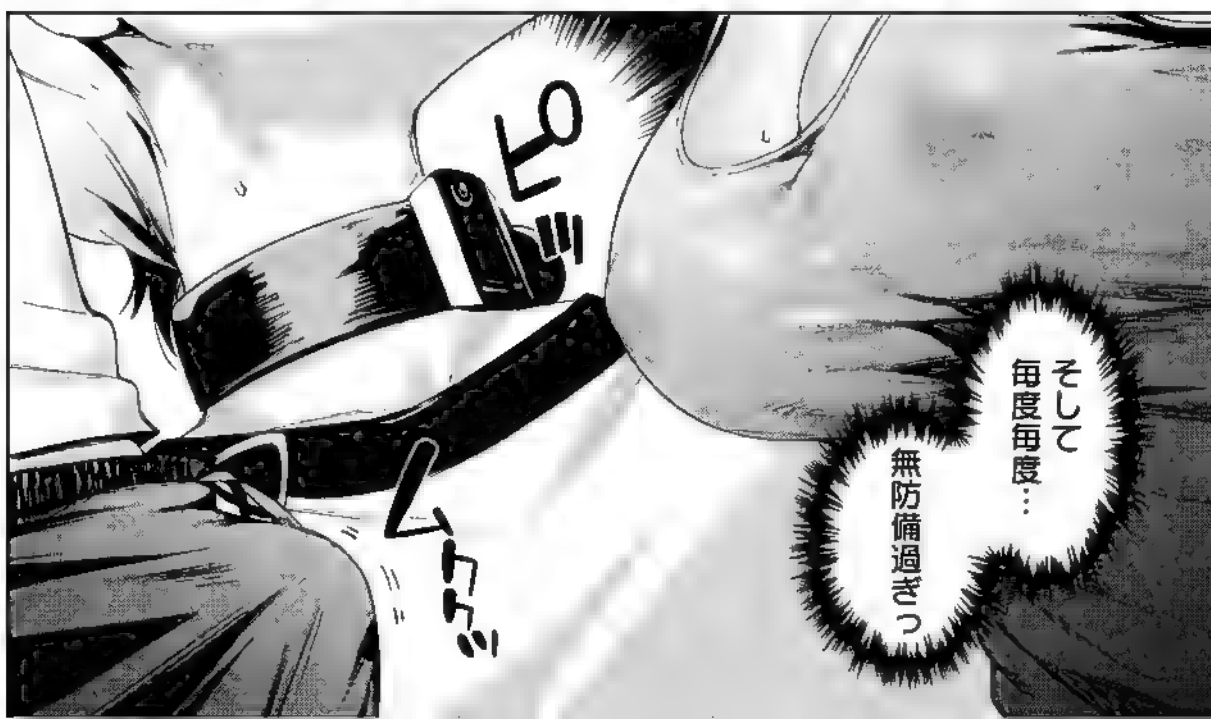
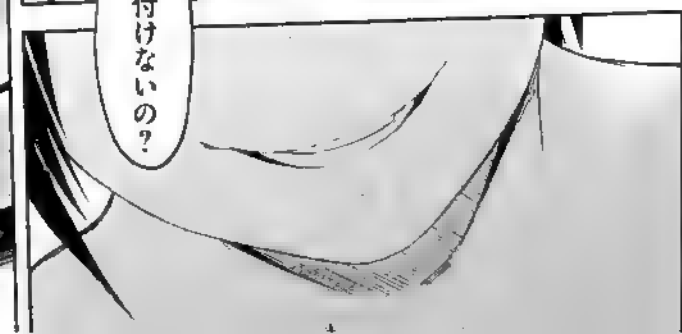
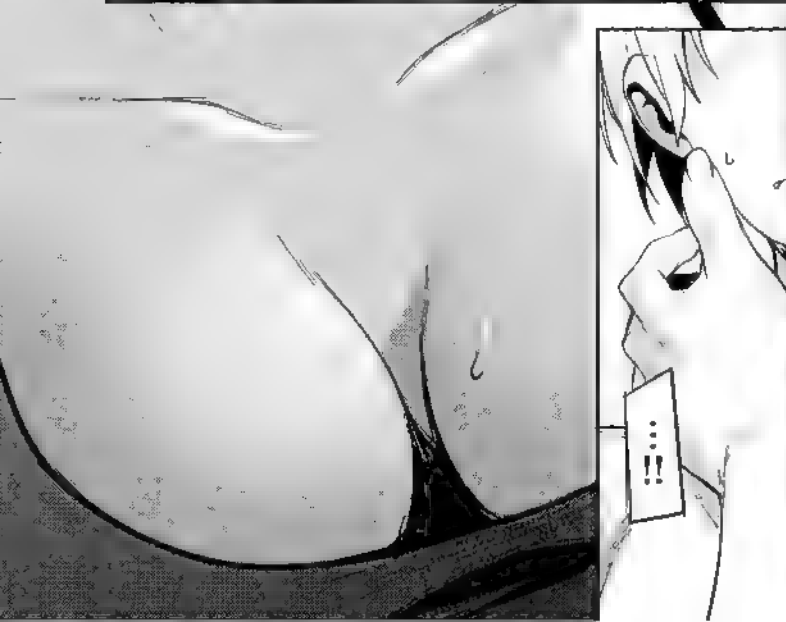
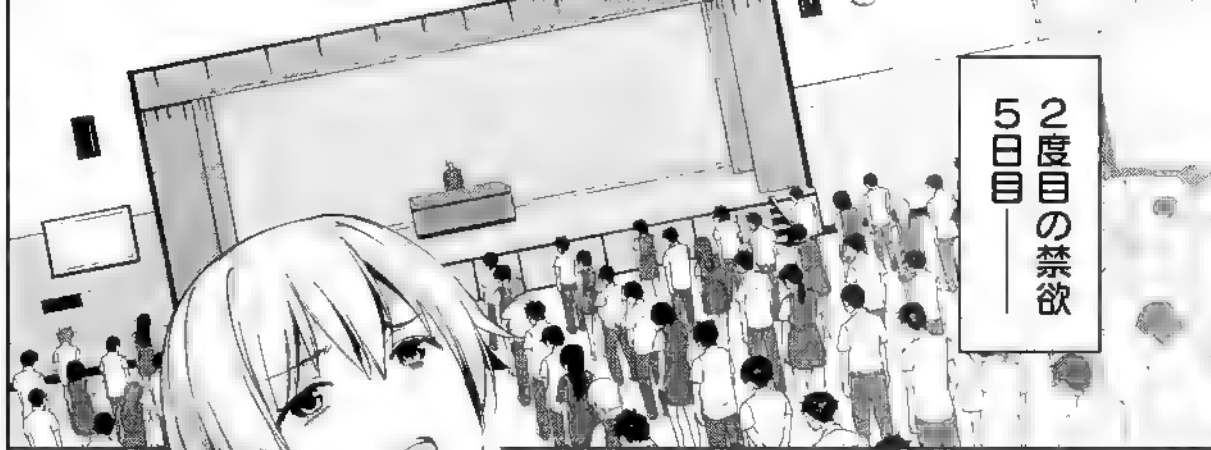
そして毎度毎度…
無防備過ぎっ

兄貴とは
シてるくせに――!!
オレだって…
男なんだぞっ…
ズッ
えっ!?
いやあのっ…
起きて…!?
ビクッ
…寝付けないの?

おいで…
寝かしつけてあげるから♥
え…いや
子どもじゃあるまいし……っ!!
遠慮しなくていいのよ…
弟クン♥
…!!

ギュッ

いい子
いい子♥

なで
なで

嬉しいけど…
何か違う———っ!!

2度目の禁欲
5日目――
くっ……朝から勃起が
止まらねぇ――っ!!
ギギッ
ギンッ
であるからして――
え――…
ただでさえ風呂場の
ストレッチでバクハツ寸前
なのに添い寝なんて…!!
も…もう…
ガマンの限界…ッ

おまけに夜中でも首輪が鳴ると叩き起こされて…
これからも下級生の模範となるよう上級生として――
ドッ
ザッ
寝不足…で…っあれ…？
浩太っ!?
おい…!!大丈夫かっ!?浩太っ
先生っ！高瀬クンがっ
ん……？
保健室

高瀬クン…？
う…っ
お…？
っぱい…!?
え？
く…紅林先生っ!?
あっ良かったー気がついたのね
あっ名前覚えててくれたんだ！
嬉しい♥

貧血で倒れたのよ
校長先生の話が長くて立ちっぱなしだったたからかしら？
あ…はい…たぶん…
まあ…確かに勃ちっぱなしだったたな…
ところで高瀬クンってもしかして
高瀬優一さんの弟さん？
え？そうですけど…
やっぱり！
キャーーッ
高瀬先輩の小学生の頃にそっくりだもん！

オレ今
高校生ですけど!?
私 お兄さんと高校まで
学校が一緒だったんだ
学年は違ったけど
高瀬先輩 人気者だったから
よく覚えてて♥
校庭に誰よりも
早く来て…
誰よりも遅くまで
走り続けてた…
雨の日も雪の日も
黙々と…
陸上のこと
よくわからないけど
私 運動とか
苦手だし

その…すごく
カッコイイなって…！
っ…
そんなこと…弟のオレが一番よく知ってる
兄貴は誰よりも才能も根性もある陸上選手だって…
だからこそいきなり引退なんて信じられなかったけど…
なんだかまだ顔色が悪いけど体調崩してるとかじゃない？

心配事があるなら遠慮なく相談して！
先生…
私もこの仕事始めたばかりだから早く生徒のみんなの役に立ちたいんだ…！
そ…その
実は…
夢精…
…をしない方法？
さ…最近ちょっと困ってるっていうか…!!
さすがに…ちょっとこれは恥ずかしいっ…！
……

あー…そういう年頃だもんね

恥ずかしがることなんてないよ！

その…マスターベーションはちゃんとしてる？

へっ…？

確か…精液は3日くらいで

いっぱいになっちゃうの…だから…

溢れちゃう前に…出さないとね♥

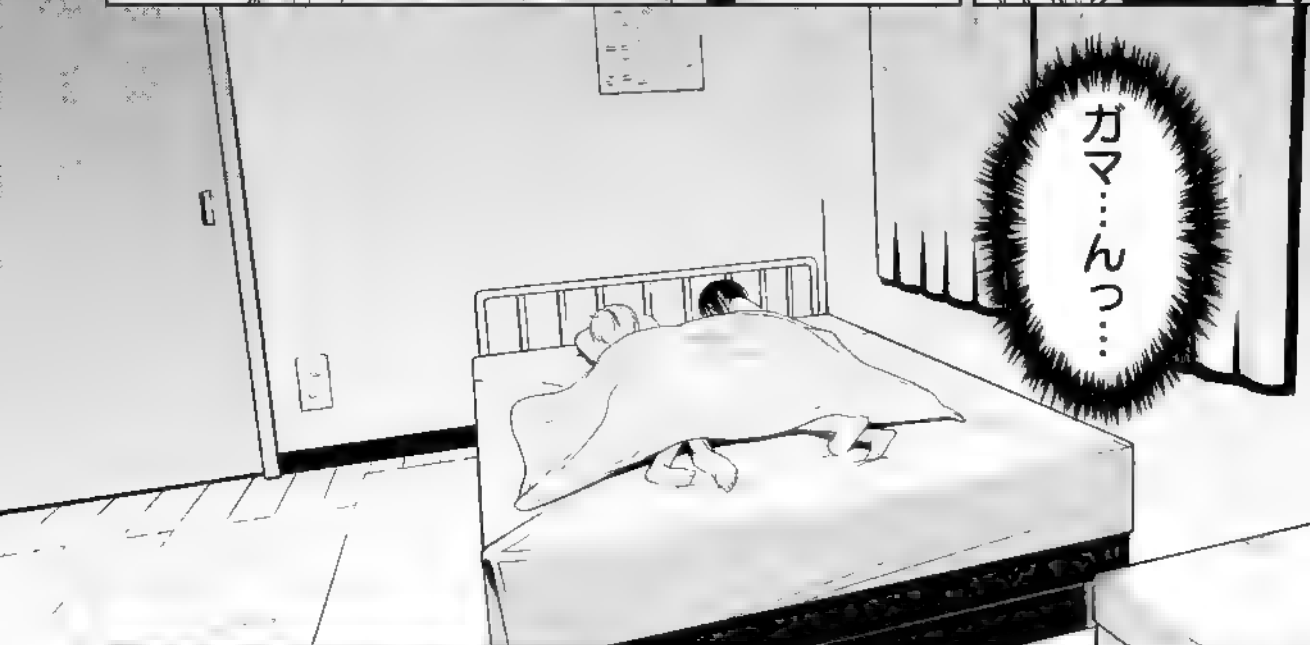
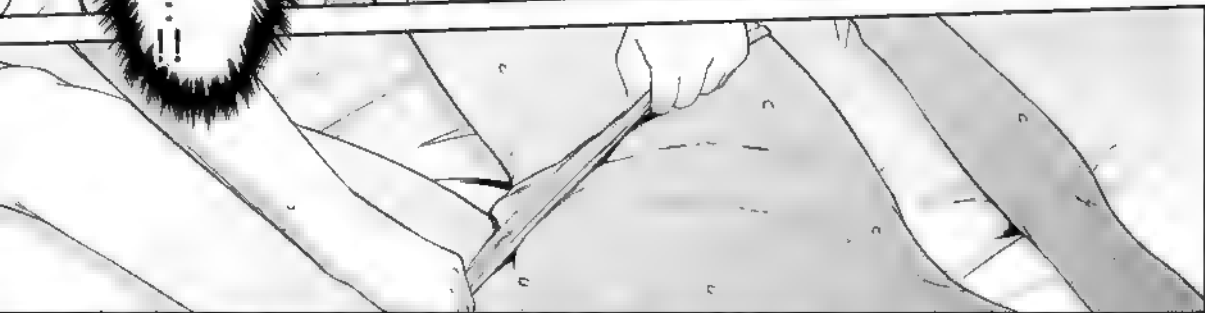
ぎくゅっ

いや…それができないから悩んでるわけで!?

えっと…その…

もしかして…
…シたことないの？
そっか…
ううん気にしないで！個人差があるものだから!!
えっ…？
いや違っ
でも困ってるなら覚えた方がいいだろうし…
…先生が…教えてあげようか？
お…教えるって…？
えーとね つまり…
射精の…
やり方…
ピピッ

あれ？
またこの音…
っ……!!
し…
失礼します！
…？
オナニーの仕方くらい
知ってるっつーの！
どんだけガキに
思われてんだよ!?
結局ガマンするしか
ないのか———!!
ほらもっと
力抜いて！

ガマン…
ドッ
ぞくぞく
ガマンだっ…
ドッ
ガマ…んっ…
ハッ
ピッ
ムクッ
スー…

もう…限界だ！
夢精以前に…
理性が
もたないっ…!!
んっ…
かといって…
義理の姉に
手を出す度胸も
オレにはない…
ゴクッ…

何もかも中途半端…
どうせヘタレの
根性無しだよ――!!
浩太クン…
もうガマンしなくて
いいのよ♥
恭子さん…
お願いです
ヤらせて
ください!

ドンッ
ヅ
うぐっ
そんな貧相な体で私の相手が務まると思ってるの？
足で十分よ♥
そ…そんな…!!
ぎゅうううっ
そうそう…
ムニュッ♥
すっ

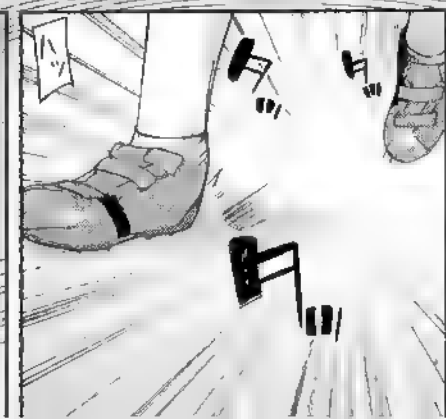
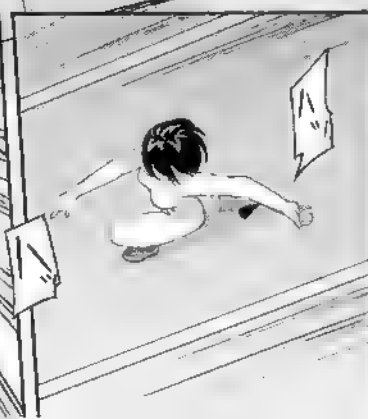
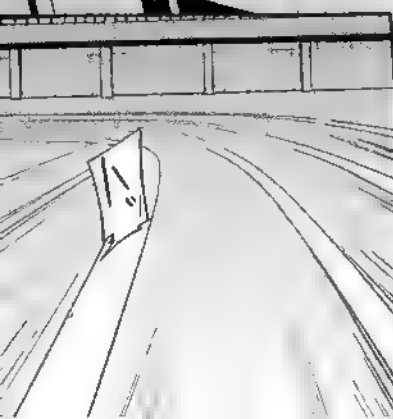
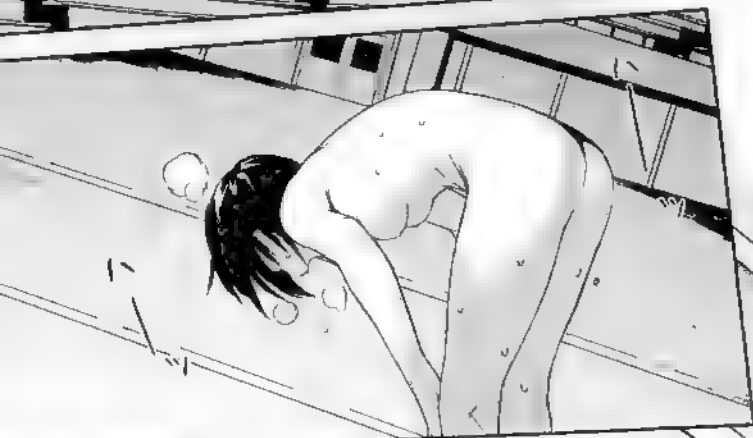
マスターベーションも
知らないお子様なんだから…
お姉さんたちに任せて？
くっ…
紅林先生…？
ぎゅっ
優、くらい立派に
なったら考えてあげるわ
なんだよ…
兄貴のことばっか…
オレのことは子ども扱い
しやがって…！
ぐっ
うっ
高瀬くんには
まだ早いから
あんよで
してもらおうね♥

出すもんか・・・
ガマンして
やる・・・！
ガマンして・・・この
禁欲トレーニングに
耐えて、流の・・・
兄貴を超える
陸上選手になってやるよ!!
浩太クン・・・
浩太クン
起きなさい！

起きないから
夢精しちゃったかと
思ったけど…
ガマンしたみたいね…
えらいえらい…
ピッ
ピッ
ピピッ
ドッ
そうよ…
するるっ
ぐにっ
ぐにっ

ちゅっ
負けちゃダメよ…
性欲なんかに…!!
ハッ
ハッ
ハッ
ハッ
ダッ
ダッ
ダッ

はぁ…っ♥
はっ♥

はぁぁっ…♥
ハーーッ
フーー…

少しは逞しくなってきたみたいじゃない…！
第5日目 終

第6日目　太陽の下で

ハッ
ハァッ
フォームが
乱れてる!
股関節周りの
筋肉を意識して
走って!
自分の体を内側まで
コントロールできる
ようになるのよ!
パンッ
ヒタンッ

さすがに へばった？

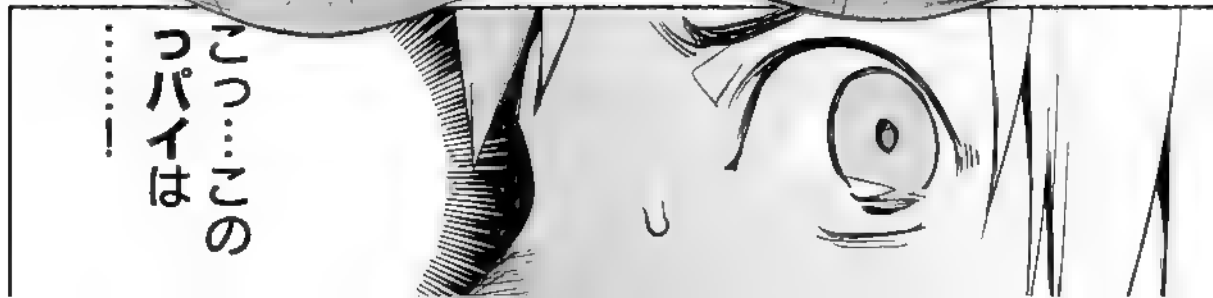
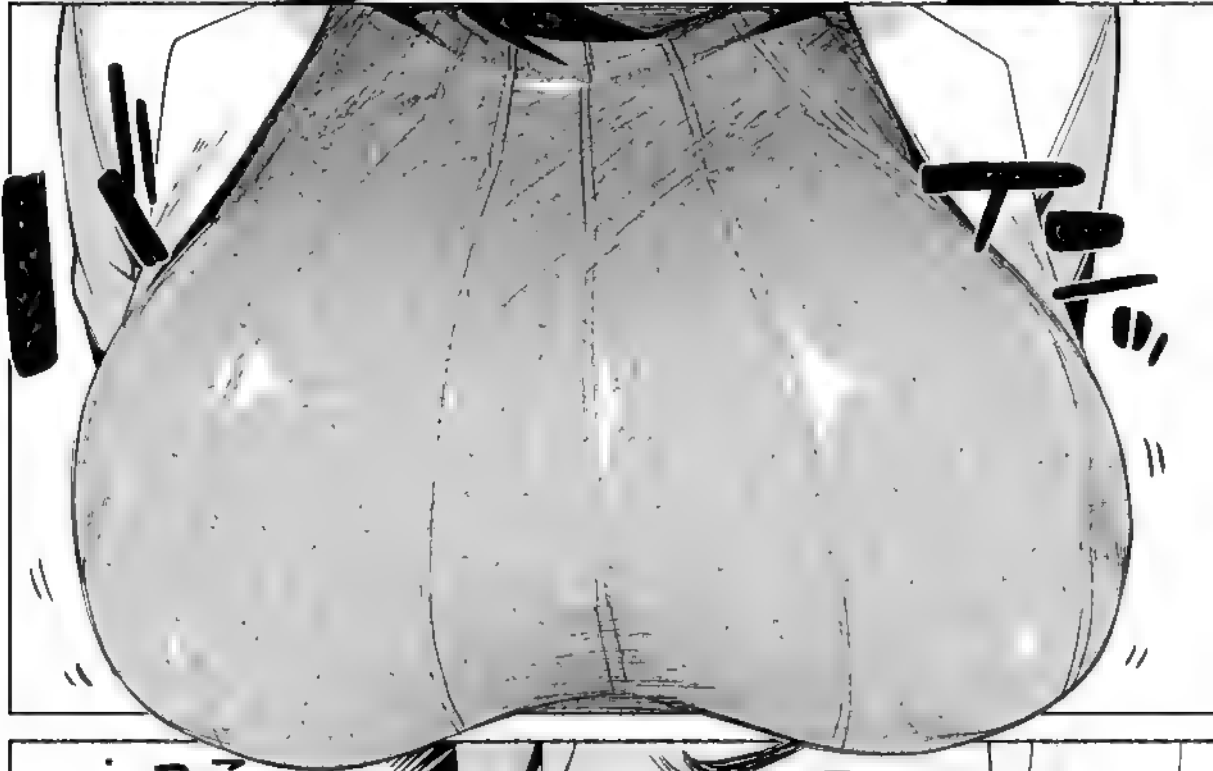
少し休憩に しましょうか…

ぐイっ

まだ やれます……!!

それにしても高瀬優一の引退は日本陸上界にとって痛手だな……
講談体育大
ガ
コンッ
いったい何があったんですかねぇ……
ああ……非公式とはいえベストが10秒01！
記録も順調に伸びてたんでしょ？
うーん
オリンピックどころか日本人2人目の9秒台もありえるんじゃないかって
期待されてたほどだからな

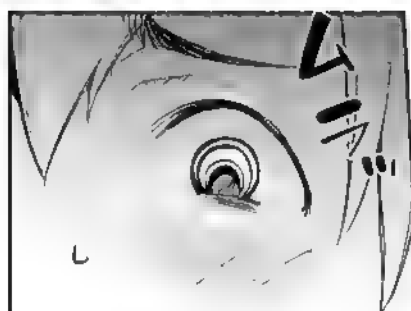
ガラ…
あくまで噂だが……
専属トレーナーだった奥さんとの間に何かあったんじゃないかって——
おはようございます！
あ ああ……
おはよう

なんとか夢精も克服した……！
禁欲なんかに負けねぇ……
兄貴を超える陸上選手になってやる！
高瀬くん！
ブルンッ
こっ…このっパイは……！

く……紅林先生！
ずん
ちょっといいかな
先生いろいろ
調べてきたの！
ずん
ズズッ
えっ……
何をですか？
だから……
悩んでたでしょ？
マスター
ベーションの
仕方……!!

ぇっ
いっ……いや!?
まずっ
床に男性器を擦りつけるやり方はダメ！
その……勃起が不完全でも射精できちゃうから
本番……の時にうまくできない射精障害になりやすいの！
気持ち良いのかな？
ほっ
ほっ
ほっ
ずりっ
ずりっ
まずはちゃんと……男性器を勃起させて
手で優しくシゴいてあげるの……
こうやって指で輪っかを作るようにして
ニュッ
ニュッ
ビクッ

STOP!!
ちょ……ちょっと待ってくださいい!?
ぎゅっ
え?
気持ちはありがたいんですけど今はそういう事ができる環境になくて……!
実は……義理の姉と同居してるんです
義理の姉ってもしかして高瀬先輩の…?
は……はい 兄貴が単身赴任してる間理由あって……
なので そういう事するのはちょっと気が引けるっていうか……
射精管理されてるなんて言えない…
絶対服従
そっかぁ……高瀬先輩結婚してたんだ……

うん……
それじゃあ仕方ないね

でもこれだけは覚えておいてね…
マスターベーションは好きな人の事を想いながらすること！
ムラッ
ピピッ…
サッ
あれ？この音……
その手つきやめてくれ——!!
そして2度目の禁欲生活も何とか乗り越え——

9日目
大学のプールを貸し切りなんて大丈夫なんですか?
こう見えても顔が利くのよ
学内にある施設はだいたい自由に使えるんだから!
今日は天気もいいしね……

たまには♥
こういうのも
いいでしょう
ドキ
ドキ
もじ
もじ
でも……その
泳ぎはあまり
得意じゃ……
絶対服従!

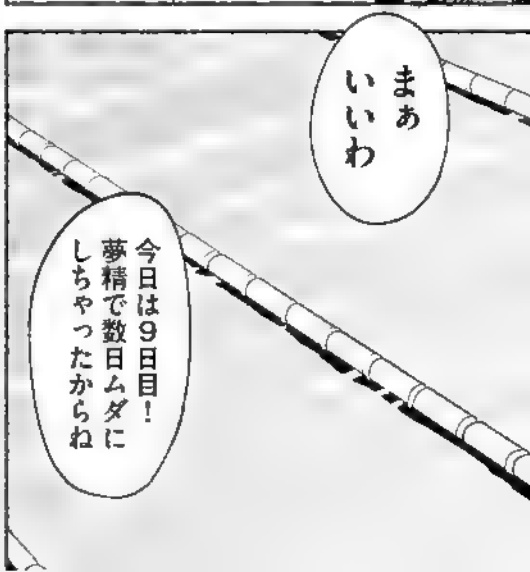
とにかく今日で9日目……
バシャ
バシャ
家に帰ればリセットできる……！
ヌける!!
出したい……
出したい……
出させてくれぇ〜〜〜!!
わざわざ私にコーチを頼みにくるだけあるわね
シ…
シぬ
ハーーッ
ハーーッ
浩太クンの陸上にかける思いが本物だってわかって嬉しいわ♥

……
別にそんなんじゃ
ありませんよ

兄貴が陸上を
ほっぽり出したから

続ければ
オレの勝ちってことに
なるかなって…

……

最後に特別メニューで
テストステロン値を
ガツンと上げないと！

まぁ
いいわ

今日は9日目！
夢精で数日ムダに
しちゃったからね

特別メニュー……？

太陽光にはね
テストステロンを増やす効果があるの
冬場より夏場の方が20％ほどテストステロン値が高くなるという研究結果もあるわ
さらに男性器に直接太陽光を当てると
テストステロン値が200％も上昇するといわれてるわ……！
へっ……？ ペニ……
って恭子さんっ!?
するっ

脱ぎなさい！
……
そんなっ
無理ですっ!!
だ……誰かに
見られでも
したら……っ

前に言ったでしょ？
テストステロン値は危険が伴う
興奮ほど上昇するの！
誰かにもし見られでもしたら……
そんな状況で太陽光を
浴びながらのミルキング……
そう……
まさに
こんな状況よ!!
つ……つまりここで
全裸でオナれってこと
か――!?
い……いやでも
そんなこと……
早くしないと
通報されるわよ
私もろとも♥

ムグ
ムグッ
あ・・あっ
ハムストリング
きゅっ
内転筋群
骨盤底筋……!

ド
ザバッ

エロい……っ!
水の中で
恭子さんの体が
すみずみまで
さらけ出されて……!
ヤバイ
オレ……
ぷりっ

ピッ
ピッ
ピッ
バッ
ハッ
もうガマンできない……っ!!
見つかったら大変なことになるのに
ザバッ
興奮してる……!
くるっ

ばっ
ざっ
マスターベーションは好きな人の事を想いながらすること！
恭子さんの傍にいたかっただけで……
ビクッビクッ
ハッ
ふわっ
本当は…陸上なんてどうでもよかったんだ
ハッ
ニチュ
恭子さん……

兄貴が恭子さんをほっぽり出したっていうんなら……
恭子さん……
オレのものに……！
恭子さぁん！

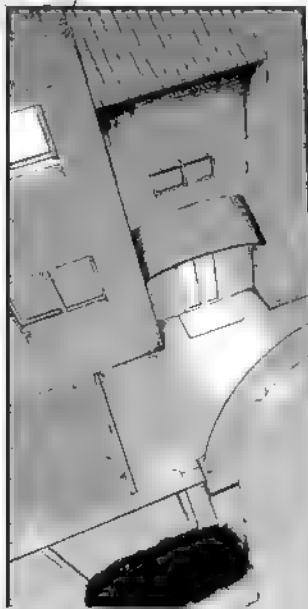
ビクッ
うっあっ
ガクッ
ガク
止まらなっ
ビュワッ
ビュワッ
……
ぺたん
ハーッ
ハーッ
ふふ……
アツイわね♥

すっ
それと……
恭子さんじゃなくて
コーチ……
でしょ♥
気持ちよかった〜〜〜……
は……
はいコーチ……

……センパイ
はぁ♡ くぅ…ん
高瀬 センパイ……
ビクンッ
……高瀬センパイ
んんん
ビクン

バタッ
ふーーっ……
ススッ
バタッ
ダメよね……
人様のダンナさんで
こんなことしちゃ……
それにしても弟クン
大丈夫かな…
事情は
わかるけど
男子高校生が
マスターベーションも
知らずにいるなんて
先生…

スー……

教えてあげなきゃ……保健の先生として！

第6日目 終

次巻予告

「出した方がいい」派・紅林先生本格参戦!

&

テストステロン値向上のため

恭子、浩太の“開発(チャレンジ)”をスタート!!

次巻も射精したりガマンしたり

裸でスポーツしたりするけど、

あくまで

熱血でスポ根で青春

(の予定)。

第2巻に続く!!

女神のスプリンター(1)

2018年6月1日発行(01)

原　作　　原田重光
漫　画　　かろちー

発行者　　森田浩章

発行所　　株式会社　講談社
〒112-8001
東京都文京区音羽 2-12-21